

朝陽科技大學  
休閒事業管理系

畢業專題

探索活動對高職學生人際關係之影響-以台中縣青年  
高中 98 學年入學新生為例

指導教授：鄭政宗 教授

學生：林佩盈

林忠佳

王寶琦

柯育婷

中華民國 99 年 5 月 30 日

## 摘要

本專題研究目的主要在於瞭解高職學生之人際關係，藉由探索活動比較新入學之高職學生對團體認同及人際關係之影響，綜合上述研究發現，提出未來國內高職生實施探索活動課程之相關具體建議。

本研究採用問卷調查法，以台中縣青年高中新入學之新生共 224 名學生為研究對象，分別接受為期 8 週的探索活動課程，研究工具以人際關係、團體認同及探索活動量表進行問卷測驗，以瞭解實施探索活動對高職學生人際關係之影響成效。研究資料分析方面，以獨立樣本 T 檢定及單因子變異數方析進行研究假設考驗，加以分析高職學生實施探索活動之結果。

本研究所獲得的結果如下：

- 一． 團體認同對人際關係之影響，其資料顯示有顯著影響。
- 二． 探索活動對人際關係之影響，其資料顯示有顯著影響。

根據上述研究結果，提供高職學校未來在實施探索活動課程可加以應用之參考意見及方向。

# 目錄

## 第一章 緒論

第一節・研究背景與動機.....	7
------------------	---

第二節・研究目的.....	10
---------------	----

## 第二章 文獻探討

第一節・人際關係.....	11
---------------	----

(一)人際關係的定義.....	11
-----------------	----

(二)人際關係的功能.....	12
-----------------	----

(三)人際關係測量項目.....	15
------------------	----

第二節・團體認同.....	17
---------------	----

(一)團體認同的定義.....	17
-----------------	----

(二)團體認同測量項目.....	19
------------------	----

第三節・探索活動.....	20
---------------	----

(一)探索活動.....	20
--------------	----

(二)探索活動發展歷程.....	21
------------------	----

(三)探索活動在台灣的發展歷程.....	23
----------------------	----

(四)探索活動的基礎理論.....	24
-------------------	----

(五)活動類型.....	28
--------------	----

## 第三章 研究方法

第一節・研究架構及假設.....	34
------------------	----

第二節・研究變項的操作性定義與衡量方法.....	35
--------------------------	----

(一)人際關係.....	35
(二)團體認同.....	35
(三)探索活動.....	36
<b>第三節·問卷設計.....</b>	<b>37</b>
(一)人際關係量表設計.....	37
(二)團體認同量表設計.....	38
(三)探索活動量表設計.....	39
<b>第四節·問卷預試.....</b>	<b>40</b>
(一)信度分析.....	40
<b>第五節·研究對象與抽樣.....</b>	<b>42</b>
<b>第六節·資料蒐集.....</b>	<b>42</b>
<b>第四章    結果分析與討論</b>	
<b>第一節·樣本資料分析.....</b>	<b>44</b>
<b>第二節·人際關係、團體認同、探索活動現況.....</b>	<b>45</b>
(一)人際關係現況.....	45
(二)團體認同現況.....	49
(三)探索活動現況.....	54
<b>第三節·差異性分析.....</b>	<b>61</b>
(一)不同性別的高職學生，在人際關係方面之差異情形.....	61
(二)不同性別的高職學生，在團體認同方面之差異情形.....	62
(三)不同性別的高職學生，探索活動參與之差異情形.....	63
(四)不同家庭狀況的高職學生，在人際關係方面之差異情形.....	64
(五)不同家庭狀況的高職學生，在團體認同方面之差異情形.....	65

(六)不同家庭狀況的高職學生，探索活動參與之差異情形.....	67
<b>第四節·回歸分析.....</b>	<b>68</b>
<b>第五章    結論與建議</b>	
<b>第一節·研究結論.....</b>	<b>70</b>
<b>第二節·建議.....</b>	<b>72</b>
(一)對學校實施探索教育課程之建議.....	72
(二)增進學生對團體的認同之建議.....	73
(三)增進師生關係之建議.....	73
(四)對探索教育課程實施者之建議.....	74
(五)對後續研究之建議.....	75
<b>參考文獻.....</b>	<b>76</b>
<b>附錄：研究問卷.....</b>	<b>79</b>

# 附表、附圖目錄

表 2-1	人際關係定義表.....	11
表 2-2	團體認同定義表.....	18
表 2-3	探索活動設計表.....	32
圖 3-1	研究架構.....	34
表 3-1	人際關係問卷編製表.....	37
表 3-2	團體認同問卷編製表.....	38
表 3-3	探索活動問卷編製表.....	39
表 3-4	人際關係量表信度分析結果.....	41
表 3-5	團體認同量表信度分析結果.....	41
表 4-1	受試者高職生之現況.....	45
表 4-2	人際關係現況表.....	49
表 4-3	團體認同現況表.....	54
表 4-4	探索活動現況表.....	60
表 4-5	性別與人際關係之獨立樣本 T 檢定.....	62
表 4-6	性別與團體認同之獨立樣本 T 檢定.....	63
表 4-7	性別與探索活動之獨立樣本 T 檢定.....	64
表 4-8	家庭狀況與人際關係之單因子變異數分析.....	65
表 4-9	家庭狀況與團體認同之單因子變異數分析.....	66
表 4-10	家庭狀況與探索活動之單因子變異數分析.....	67
表 4-11	回歸分析.....	69

## 第一章 緒論

### 第一節 研究背景與動機

在人的生長過程中，高中階段不僅是青少年個人學習的轉折點，也是關鍵性的成長階段，更是兒童跨入成人的過度時期，因處境中充滿著不確定性與危機，時常要面對許多的困難和問題。此時期的生理與心理變化所產生的問題極為顯著，在生理方面，由於主要性徵和第二性徵的出現，身體產生急遽改變，並對儀表產生關注。許多生理的變化都會直接牽連到青少年的心理及社會發展，若生理發展與社會所期待有所不一致，使容易造成青少年的困擾(Bruch, 1981)。而心理方面則是青少年從兒童時期依賴父母的照顧，進而改變成自己必須獨立面對生活周遭的事情。在進入青春期的後，由於活動範圍漸廣，生活圈擴及家庭之外，主要是需同時面對不同外在環境，如學校、家庭、同伴等關係的改變。在這蛻變的過程中常會受到外界或父母、同儕、社會等給予的壓力，造成青少年的憂鬱及種種困擾的因素。

在高中階段中，個體恐懼不被接納，恐懼不受他人愛戴，因而感到孤獨和寂寞，若個人無法融入團體，將會影響到個人的人際關係。Cole(1980)指出青少年對於友誼的需求最大，他們對同儕關係相當在乎，重視和同儕間的感情及默契，並經由社會互動過程，展開與他人的親密感、團體參與、合作與競爭，因覺得他人會注意自己的行為，

因此相當重視和在乎他人的反應。倘若與他人互動不如預期，青少年容易隱藏自己（social invisibility）而無法建立友誼或結交新朋友（張春興，1991），人際關係將受到影響。

在高中階段學生因價值觀念的不同對於團體的認同其情況不一，認同是個人將一個人或一群人的行為特徵或內隱的人生觀、價值觀等加以內化成為自己屬性的一個過程（Leyens, Yzerbyt & Schabron, 1994）。當成員的價值理念和他人或團體目標一致時，則會將自己和他人或團體連繫在一起，大家分享彼此的經驗及感受，所以人與人之間以及團體與團體之間為正確、相容的認同，得以引導其完成屬於他們的共同目標，使其產生一致的發展方向。反之，錯誤的、不相容的認同或者被誤導的認同，將導致個人或社會產生迷惘與認同危機（identity crisis），而導致社會和諧關係的破壞。然而每個人對於所屬的群體認同不一，若對該團體無認同感，恐將造成人際發展之障礙，因此改變其對團體認同成為改善人際關係的因素之一。

近年來國內引進探索活動課程，以寓教於樂的方式透過好玩、有趣的活動，塑造良好的團體氣氛，藉由體驗活動與其團體成員有所互動及合作，增進彼此的情感。由Project Adventure(1988)的論點得知，其探索活動可達成以下各點：

1. 建立自信、信任、尊重的態度；
2. 養成溝通和解決技能的技能；
3. 應用體能活動的效力和團體支持的改變；創造超越的意志力和追求人生意義的精神。

梅靜宇(2001)、郭金龍(2002)指出，探索活動對參與者之人際關係方面也有助益。探索活動強調溝通和合作的關係，提供成員在身體、感情和智力上的挑戰，進而解決情感和行為上的問題。柯承恩(2004)也提到「藉由體驗突破極限的心理感受，突破之後，就會建立信心，勇於突破其他的事，同時也體會別人要克服什麼」。探索活動目的在於讓團體產生「改變」，並且強調「改變的需要性」，支持個人想要改變的決定，且促使個人產生此種正向改變的覺知，進而增強自我概念並改善社會互動。目前探索活動在台灣已逐漸發展成形，並運用在同儕關係上，希望讓學生在體驗的過程中能藉由活動對其團體成員作進一步的了解，利用團體合作增強其認同感，並且在人際關係上能有進一步的改善。

綜合以上得知，當個人認同某一團體時，會知覺自己是屬於該團體，進而會內化群體中其他成員的價值和態度。本研究將以探索概念所設計的相關活動及規劃，經由實際施行後，探討青少年是否能有效改善其團體認同，並改善人際關係。

## **第二節 研究目的**

基於前述的研究背景和動機，本研究期望能達成以下目的：

- 1．透過探索活動是否能增進個人對所屬團體的認同感。
- 2．實施探索活動對人際關係的改善是否有顯著的影響。

## 第二章 文獻探討

### 第一節 人際關係

#### 一．人際關係的定義

人際關係是人與人之間所產生的關聯，需要兩人或以上的互動才會形成人際關係，藉由交往過程相互影響。人類具有與別人親近及不願孤獨的傾向，因此需要建立良好的的人際關係，從生活經驗中發現，友誼與愛能滿足我們的基本需求，實現基本價值，滿足個人需求，或僅是填滿空間、時間等等(McAdams, 1998)。而人際關係並不是一成不變，是動態且具有發展性及階段性的過程(鄭佩芬，2002)，可見人際關係，一直是我們生活中重要的面向。

關於人際關係的定義，有許多不同的定義，將之歸納整理如表

2-1：

表 2-1 人際關係定義表

學者	年代	定義
F.Heider	1959	少數人之間的關係，亦即一個人對另一個人的想法、期望、知覺及反應。
W.C. Schutz	1960	每個人都需要他人，因而具有人際關係中之包容、控制、知覺及情感等三種需求，這些需求即為人際關係的內容。
G.A. Theodorson	1970	維持社會互動所產生的一種個人關係的型態。
謝廣全	1973	在團體組之中，兩個人或三個人之間所產生的一種交互影響。
許勝雄	1980	就靜態觀點來說，指人與人之間有關聯；就動態觀點來說，指人與人之間的交互關係。

彭炳進	1992	人與人之間由互相的尊重發展到互相的理解，乃至互相的信賴，而後更進展到互相協助與合作之目標。
Brammer	1993	是指人與人之間互相交往，交互影響的一種狀態，是一種社會影響的歷程，又稱「人群關係」。
林淑華	2002	少數人爲達某種目的時，在互動中產生心理連結，是指人與人之間的心理交會、情感溝通以及生命對話所形成的特殊關係，包含親情、朋友、同學、友情、師長等之間的互動關係。
林建良	2005	是生命的這一段過程中，人與人之間彼此經由思想、感情、行爲等文化模式與過程等構成社會互動關係。簡單的說，便是人與人的相處之道。

資料來源：整理自陳淑華(2001)、柯佳伶(2008)

綜合上述觀點，我們可知人際關係就是人與人之間維持一段時間以上的互動關係，彼此間存有面對面的溝通或分享，且產生交互作用與影響的過程，過程中透過和他人的溝通進一步獲得加強和肯定自我。關係和諧與否，則維繫於個人待人處事的態度與能力。本研究的人際關係指藉由活動高職同學間彼此合作，透過溝通和分享，增進彼此間的信賴感，甚至進一步能相互理解且獲得肯定。

## 二．人際關係的功能

人際關係的好壞不管對個人或團體而言都有相當的影響，而人際關係是持續發展的過程，具有階段性的進展及改變，擁有穩定的人際關係是每個人需要終身學習的課題，是不能間斷的目標。而人際關係有許多重要且正向的功能：

## 1. 生存的需求

人從出生以來，需要父母或他人的照顧才得以生存，在過程中發展出各種人際關係，孤獨無依的個體容易受到社會環境的威脅，不易生存。而藉由人際關係組成的團體，個體能受到保護，並抵抗環境的威脅，減少無助感。所以維繫人際關係是提供互相保護和生存的力量(劉永元，1988；楊錦登，1999)。

## 2. 減輕寂寞

個人選擇和他人在一起可以減輕寂寞的感受。親密的人際關係可以滿足我們被人關心、喜歡、愛和保護的需求(陳皎眉、鍾思嘉，2002)，減少無助感。為了個人感情的抒發和降低自己孤獨的感受，和他人保持穩定和長久的關係是必要的方式，與朋友一起可以滿足各種情感的需求，可以提供相互支援和信任感受。

Asher 和 Cassidy(1992)和 Ladd(1996)的研究發現，個體若沒有朋友的陪伴，會感覺孤單和沮喪，所以人人都有尋求友伴的需求，和諧的人際關係能降低個人不舒服的感受(劉永元，1988；楊錦登，1999)。

## 3. 社會需求

在社會化的過程中，與他人互動成為重要的開始及維繫關係的第一步。透過互動的過程，我們能得到對方的回饋，同時也有與他人比

較的機會，自己也會調整自己的互動來維繫彼此的關係。溝通是決定關係得以繼續發展、改變和維繫的歷程；而在與他人互動的社會化過程中，透過他人的反應和表現，我們能評估自身行為的對與錯、適當與否(黃淑玲，1995)。

#### 4· 尋求認可

Maslow 提出人有不同類型的需要層次論，其中一項基本需求是愛與歸屬的需求。個體可以透過和他人的溝通而獲得加強和肯定自我。張春興(1992)認為，個體能獲得別人的認同和親近，自尊感的需求自然能達成；相反的，若個體得不到他人的認同，則有被遺棄孤立的感覺，和他人保持良好的人際關係則能促進認同需求的滿足。

#### 5· 促進個人的成長

和諧的人際關係能滿足個人的許多需求，也能促進自我的成長與實現。每一個人在與他人互動中不斷的成長，與朋友之間應該彼此接納和包容，並願意去瞭解對方的情感與經驗(劉永元，1988；楊錦登，1999)，進而增進與團體的人際關係。

綜合以上所述，得知人際關係帶給個體相當深遠的影響，從出生開始，即需要人際，而好的人際互動對於個人在成長上不僅有幫助且是朝正向發展，每一個人都要學習如何與他人互動，在過程中即可獲得個人所需的滿足，而人際關係是動態且階段性的發展，因此在每階

段都該用心維繫，才能建立良好的人際關係。

### 三·人際關係測量項目

本研究係以高職學生為對象，主要在瞭解學生在學校內的人際關係。以下就相關文獻人際關係測量探究：

根據 Coleman(1980)及 Dusek(1987)的研究顯示青少年和同儕的關係會影響其自我價值，經由與他人的互動，青少年學習瞭解他人以及適應他人不同的價值觀，如果他們為團體所接受，那麼將會提升他們的自我價值；反之，當個體受到同儕排斥時，將會對自己較負面的評價，會使他們擔心自己是否能被同儕所接納，而導致心理上不健全的發展，對其日後的心理社會發展將會有不良的影響，而且也會阻礙他以後的人格發展(張春興，1996)。吳瓊汝(1997)研究發現對青少年而言，同儕占有重要的地位，故青少年會用同儕對他們的看法和反應來檢視自己，同儕對他們的評價或態度會影響他們對自己的看法，在此時期青少年對團體的歸屬感與其自我價值是有密切相關的，因此同儕團體是發展自我概念、建立自尊的一個重要場所(蘇秋碧，1999)。

曾慧敏(1994)發現教師期望與學生的學業成就交互影響；學業成就又與同儕關係交互影響。若是教師對學生表現出較高的期望，給予較多的讚譽與機會，學生的表現會較積極，學業成就好，在同儕中會得到較高的社會地位；反之，若教師對學生的反應較冷淡，可能會受

到同儕的排斥，不容易被接納。在入學以後，同儕之外，就屬與教師接觸的機會最多，教師與學生間的互動當然非常重要。讓師生間產生與維持良好的溝通是建立師生關係的重要途徑，有效的溝通必須具備的條件有很多，如適當的時間與氣氛、教師誠懇真誠的態度、說話把握重點…等等。李玲惠(1999)認為老師可以用心觀察學生的反應，也可以利用機會與學生個別談話，以了解學生不良適應情形的背後原因，唯有找出事情癥結所在，才能對症下藥，達到最好的溝通效果。美國歷史學家 Adams 說：老師的影響天長地久，沒人曉得影響力的邊界在哪(引自李弘善譯，2002)，因此教師對青少年而言，扮演相當重要的角色。

林淑華(2002)研究針對學生的人際關係發現主要與同儕及師長有關，並將區分為同儕關係及師生關係為變項，研究其之間變化的情形為何。柯佳伶(2008)也基於人際關係的觀點，針對高職學生提出人際關係研究層面，將之分為同儕關係及師生關係，其研究認為人際關係是個人在日常生活中，與同儕、師長之間互動交往的情形與程度。

綜述所上，我們歸納出人的一生都需要與他人互動，並且藉著與他人的互動進而達到自我認同並成長，尤其是對青少年期的影響甚重，此時期的青少年對未來感到徬徨且容易迷失方向，藉由師長、朋友之間的關心及幫助，慢慢找到自我價值，因此，與師長、同儕建立

良好的人際關係，有助於青少年的學習發展。故本研究對於青少年人際關係之測量，將從高職學生與同學間的「同儕關係」及高職學生與師長間的「師生關係」，二部分進行，以得知其人際關係的現況。

## 第二節 團體認同

### 一． 團體認同的定義

認同指接受一套價值理念，並內化到個人心中(Kelman, 1961)。Mcfarland(1976)認為認同是指個人對於某一個人或某一個團體的成就、優良特色，視同是他自己的一種個人反應。李方琪(1999)則將認同界定為個人對某一強勢或優越對象的成就或特色，視同為他自己的一部分，進而內化為個人人格的一部分的一種反應或態度。

個人因喜歡某人或某團體，因而主動受他人或團體影響，甚至視為楷模，形成一種態度。這種態度的形成或改變，需經由外顯行為與別人一致的「順從」，情感上好惡的「認同」，最後再由個人理智統整「內化」的歷程(Kelman, 1961)。張春興(1989)則認為認同是深一層的模仿(imitation)，模仿是對某一敬仰對象的行為，經由觀察而仿效，最後成為自己行為的一種心理歷程。而認同是一種因時間(年齡)和情境不同而產生動態發展的改變歷程，個人在成長過程中，不斷經由做決定和自我評價等主動的歷程，完成群體認同任務(Phinney, 1990)。

表 2-2 將各學者對團體認同所下的定義歸納整理如下：

表 2-2 團體認同定義表

學 者	年 代	定 義
Patchen	1970	團體認同是與其他成員有共享目標或經驗、有團結感及身為組織一份子的感覺，以及組織成員彼此互相支持與彼此忠誠。也就是由相似成分、成員成分、忠誠成分三種現象交互形成。
Porter & Smith	1976	組織認同是個人對特定組織的認同和投入的相對強度。
Phinney & Rotheram	1987	認為團體認同乃是指一個人歸屬於一個特定團體，也由於身為團體的一份子，其大部份的思想、悟性、感覺和行為，亦由於此團體的影響而產生。團體認同乃是概念性與功能性地從一個人的本體區分出來，即使兩者也許相互地影響彼此。
許士軍	1988	團體認同代表一個人對服務之組織具有的隸屬感程度，做為團體成員之一，是否感到具有價值，並加珍惜這一地位。
Baumeister & Muraven	1996	團隊認同可視為適應社會情境過程，透過社會建構，由社會關係，轉化自我存在意義，使個人對團隊有相似、歸屬及凝聚感受，創造出認同態度。
陳麗華、劉美惠	1999	認為團體認同是指個人對某個族群團體（ethnic identity）的歸屬感覺，以及有此團體身份所產生的想法、知覺、感情和行為。
林家五	1999	當一群人依據共同的想法、信念將團體組織在一起，並因此提高完成工作的機會時，組織即顯現雛形，而當組織成員意識到自己或者團體是組織的一部分時，這種自我的認同隨之產生。
洪紹榮	2003	組織成員的自我知覺再無刻意摹仿下，自然的與組織目標、價值觀相符，並發揮交互作用後，成員與組織在認知上連結並產生主觀的情感聯繫。

資料來源：整理自簡益淳(2002)、黃小萍(2006)、黃振章(2006)

從上述對「認同」的定義可得知，當個人的價值理念和他人或團體目標一致時，則會將自己和他人或團體連繫在一起，大家分享彼此的經驗及感受，而形成對該團體的認同感。一群人在無刻意模仿下，因有共同的理念與目標，而群聚在一起，形成一個團體，並因彼此間的互動而產生情感聯繫，當團體成員感覺到自己是屬於團體的一份子時，便產生對該團體的認同感。

## 二． 團體認同測量項目

本研究係以高職學生為對象，主要在瞭解學生對所屬團體的認同程度。以下就相關文獻團體認同測量探究：

Patchen (1970)提出團體認同的概念包括：(一)個人知覺到自己與其他成員共有的特質；(二)個人與團體結合在一起的程度；(三)個人對團體支持的程度。意即，Patchen 之認同理論主要包括三個概念：

- (1) 相似性：個人知覺到自己與其他成員共有的特質。
- (2) 歸屬感：個人與團體結合在一起的程度。
- (3) 凝聚力：個人對團體支持的程度。

蔡依倫(2001)基於團體認同的觀點，其研究將團體認同區分為相似性、歸屬感及凝聚力為變項，研究其對團體認同的程度。張耀宗(2006)針對學生對所屬團體的認同程度提出相關研究層面，將之分為

相似性、歸屬感及凝聚力，其研究認為成員組成團體執行任務後，個人的生涯目標及價值體系，與團隊目標、團員屬性及互動經驗的交互作用下，對團隊有相似一體、歸屬感受與凝聚情感。

綜上所述，我們歸納出當個人與團體的目標、價值觀相符，並朝著相同的目標及價值的方向而努力，在發揮交互作用後，會因為這些目標和價值的實現而獲得內心的滿足，並與團體在認知上有情感的聯繫，產生對該團體的認同，因此人們需要透過團體參與以及團體認同，來取得支持、滿足與歸屬感。故本研究對於青少年團體認同之測量，將之分為「相似性」、「歸屬感」、「凝聚力」三部分進行，三個項目的內容為：

- (1)相似性：個人知覺自己與團體其他成員的共同性。
- (2)歸屬感：個人知覺自我與團體連結的程度。
- (3)凝聚力：個人對團體的向心力程度。

### **第三節 探索活動**

#### **一． 何謂探索活動**

探索活動 (Project Adventure, 簡稱P.A) 是指源自英國外展訓練學校而發展出來的冒險性、挑戰性團體活動。Adventure 字面的解釋是冒險、探索、挑戰之意思，根據Iida (1975) 的解釋，所謂冒險性的活動，就是利用戶外的環境來從事對於人的體能、精神、和意志

所造成的刺激、壓力和緊張等為主要內容的活動。探索活動應用諮商的技術和治療方法，強調溝通和合作的關係，提供成員在身體、感情和智力上的挑戰，進而解決情感和行為上的問題。Project Adventure(1988)認為，探索教育活動的意義有：

1. 建立自信、信任、尊重的態度；
2. 養成溝通和解決問題的技能；
3. 應用體能活動的效力和團體支持的改變；
4. 創造超越的意志力和追求人生意義的精神（李義男，2003）。

探索活動是直接的、有目的活動，置身於「挑戰」、「高冒險」和「新的成長經驗」中，在團體與個人中產生「改變」（余紫瑛，2000），也就是在幫助個人產生正向的改變，以適應環境。

## 二． 探索活動發展歷程

歐美已盛行許久的探索活動，其源起可追溯到英國的戶外活動的興起。當時有兩位人士思考如何運用戶外活動的挑戰，作為教育的一環，一位是貝登堡（Baden Powell），他於1917年創辦當今大家所熟知的童子軍運動。另一位是猶太裔德人科漢（Kurt Hahn），科漢體認當時整個社會是處於生病的狀態，他發現青年在成長之前已耗費太多的精力，導致整個社會無法朝向美好的狀態發展

（Richards, 1990），為協助青少年面對危機，重建自我認同，於1941

年，在英國威爾斯創立了外展訓練學校（Outward Bound School，簡稱 O. B. S），也就是探索活動的發展源頭（Loynes, 1990），此時期的教育理念，乃是透過體能和心靈的挑戰，以發展學生的內在潛能，並且妥善的設計活動經驗，以建立學生的自信和更正向的自我形象（Sale, 1992）。

由於探索活動在英國實施的結果頗受肯定，1962 年外展訓練活動引進美國，在科羅拉多州成立第一所學校後，就一直強調教師的訓練，來改善美國的教育制度（Garvey, 1990）。於 1970 年，戶外教育運動（Outward Bound Movement）引發教育界對於將原野戶外活動課程融入一般學校課程的興趣，1971 年麻薩諸塞州的漢米爾頓高中校長 Jerry Pieh 深受這股教改潮流的影響，因而利用學校的體育課和各科有關的老師，在學校舉辦戶外活動課程。其更與同事 Gray Baker 共擬一份三年的發展計畫，其稱為探索教育計畫（Project Adventure, P A），並向聯邦政府提出此計畫，其內容針對如何將戶外學校的學習歷程融入至中等學校教育中（Prouty, 1990）。PA 課程在經過三年的實驗課程教學後，獲得積極正面的評價，於是聯邦政府在 1974 年大力補助在全國推廣示範，促使探索教育與學校教育合流，是為探索教育發展的重要時程。

### 三． 探索活動在台灣的發展歷程

探索活動在歐美的發展已有悠久的歷史，但在台灣的發展歷史並不長。1980 年至 1982 年間，救國團曾嘗試引進並推動探索教育。由於時機並未成熟及缺乏領導團體活動的人才，因此而中斷(沐桂新，1995)。1995 年，金車教育基金會孫執行長至美國參加夏令營的年會，發現美國有許多單位都很重視探索活動。隨後在 1996 年，孫執行長兩度參加有關探索教育研討會，體認到此一活動課程可以對國內教育界、休閒活動界、青少年服務機構、或心理輔導中心、青少年犯罪矯治機構等單位，產生一些新思維和活動模式。於是在 1997 年，邀請兩位專家來台作三場示範講習，會後發現參加者反應良好，因此於 1998 年組團赴美學習，將此一探索活動模式引進國內。而政府機構如青輔會，1998 年曾邀請國外講師來台辦理研討會，1999 年辦理突破休閒志工訓練營，並且每年補助國人至美國參加經驗教育年會部分經費。教育部自九十學年開始施行的九年一貫制中小學新課程，也將探索活動列入綜合活動學習領域十大指定單元之一，形成教育政策中的一環，開啟探索活動的另一個契機(李詩鎮，2003)。

綜上所述，探索活動在這短短幾年間，已在台灣逐漸成長發展並在各個領域運用，甚至於一般學校課程中，在現今教改的潮流中，探索活動的運用可作為一項新的教學理念及模式，因此值得進一步研究

以作為未來推動時之參考。

#### 四． 探索活動的基礎理論

由於探索活動已歷經三十餘年的發展，累積相當多的理論基礎，包括經驗學習圈、自發性挑戰、全方位價值契約、學習轉移理論的評估等文獻：

##### (一)經驗學習圈 (The Experiential Learning Cycle)

經驗學習圈是探索活動的主要基礎理論架構，也是經驗教育的主要學習模式。不同的學者對經驗學習圈有不同的看法，包括Lewin、Dewey、Piaget及Kolb等人都曾提出自己的模式 (Kolb, 1984)。其過程分為四部分，分別為體驗 (experiential)、反省 (reflecting)、普遍化 (generalizing)、應用 (applying) (Luckner & Nadler, 1997)。此四部分為一循環模式，訓練員應引導學員，從直接體驗吸收經驗。其次，從經驗中反思體會之後，能將體會的結果普遍化，並應用到真實世界的日常生活中。

##### (二)自發性挑戰 (Challenge by Choice)

自發性挑戰是探索活動的中心思想之一，意指所有參與者在活動過程中，有權利選擇何時參與活動和參與的程度，決定權總是操之在個人。如果個人因為任何理由而感到不舒服，或不確定是否參與某項活動，則可選擇先不加入活動而退到一旁。但這並不表示個人可藉者

自發性挑戰的理由，在活動中消失或離開團體，團體尊重個人對活動選擇參與程度較低，而個人也應以一些方式來增加團體的經驗價值，即使是扮演一個較不活躍的角色，但仍與團體共同出席，這才是自發性挑戰的原意 (Schoel, Prout & Radcliffe, 1988)。

由於自發性的挑戰是探索活動的核心理論之一，因此，團體成員參與的動機是否為自發性的，或是因外在誘因而參與活動，對於團體氣氛和休閒效益將會有所差異。

### (三)全方位價值契約 (Full Value Contract)

全方位價值契約是探索活動中最有價值、最重要的觀念之一。此乃基於下列的信念：團體中的每個成員與團體本身均有價值，這些價值進而結合為團體的行為指導方針與規範 (Ellmo & Graser, 1995)。因此，全方位價值契約乃是藉以讓團體成員共同努力，發覺正面積極價值的一種進程。它通常表現在鼓勵、目標設定、團體討論、寬容精神、以及衝突處理上。全方位價值契約促使團體肯定下列四種價值：自我、他人、學習團體、和學習的經驗/機會。因此，在成為探索活動團體的成員時，每個人均須同意承諾團體所訂定的價值契約。

以下分述全方位價值契約的主要理念 (Schoel, Prout & Radcliffe, 1988)：

A、共同約定確保團體成員的身體及心理的健康安全，並遵守團體行為規範。

B、共同約定能像團體一樣的運作工作，並同心協力達成個人與團隊的目標。

C、共同約定真誠的給予和接受積極或消極的回饋，並致力於改變達成適當的行為。

D、拋棄負面想法及感覺，積極的參與學習及成長過程，與他人間建立良好的互動關係。

E、藉者鼓勵肯定、目標設立與達成、團體商議討論、面對衝突處理，使得團體肯定自我及他人價值，找出每個人的正面特質，進一步肯定團體及其中的學習經驗和學習契機。

#### (四)學習轉移理論 (Transfer of Learning)

探索活動學習轉移理論主要有三種，可用來解釋為何在探索活動中的經驗，可以轉移至日常生活中的學習和成長，即特定性轉移、非特定性轉移 (Bruner, 1960) 和隱喻性轉移 (Gass, 1990)。

##### 1. 特定性轉移 (specific transfer):

當學習者將初始的學習經驗，應用到與其相類似的特定任務中，心理學家推介此一特定現象為特定轉移，它也可以說是習慣的延伸和關聯。如個人在活動之初，學習到如何以繩索套到木栓，當學習

運用繩索的過程，養成了確保安全的習慣，如面對攀岩垂降時，就能自然應用手部技巧作為煞車的功能。

## 2· 非特定性轉移 (non-specific transfer):

如果學習者並不是以技巧為基礎，而是將原先的認知經驗普遍化為概念，是一種原則和態度的轉移，然後將之運用到另一新的學習環境。比如學習者在信任倒的活動中，體驗到如何「給」和「取」的關係，彼此相互支持，培養出信任感。當學習者面對生活中的環境時，就能將上述的美好經驗，實際運用在同儕團體或同事間，發展信任的互動關係，建立高效能的團體。

## 3· 隱喻性轉移 (metaphoric transfer):

此一轉移同樣也需要學習者將某一情境中的學習體驗，普遍化至另一情境中，但在此一理論中，被轉移的原則並非結構上相同或共通的，而是相似的 (similar)、類似的 (analogous)、或隱喻的

(metaphorical)。例如兩個人在划雙人獨木舟時，學習到彼此動作要如何協調、有默契，目標一致性的重要性。在此獨木舟的經驗並不是和實際的生活經驗完全一樣，而是相類似。因而將經驗轉移、運用到企業團體的分工合作 (Godfrey, 1980)。

透過以上的描述，可知探索教育活動經過有效的規劃與安排，可以將在活動過程中所得到的經驗，經由學習轉移理論運用到未來的學

習與工作範疇。加上經驗學習圈三階段的操作、討論和回饋，可將活動情境中的體會、啟發，運用到真實生活的世界，發揮體驗學習的效用。

## 五·活動類型

探索活動的運作有其歷程和目標，大都以結構式的活動規劃為主，通常將其分為七大類，依序為：解凍/熟悉活動、去除抑制的活動、信任與同理心活動、溝通與協調活動、問題解決活動、社會責任建立活動和個人責任建立活動。(Schoel、Prouty、Radcliffe, 1988)

探索活動所設定的主題、任務、目標、課程不同，所牽涉的技術等級、操作地點和使用之器材、設備也有所不同，因此活動實施時可依冒險度區分為低冒險性（不需器材或使用可攜帶式器材，並在地面上操作的活動，如破冰解凍、團隊建立、認識活動等，對於生命的危害程度很小）、中冒險性（利用戶外環境，架設高、低空及任務型之繩索設施所操作的活動，如作為問題解決、團隊合作的隔島作戰、高牆、攀岩、山訓等，具有中度潛在的生命危險）、高冒險性（利用大自然戶外環境所操作的活動，如激流泛舟、登山、溯溪、潛水、岩洞探險等，具有高度潛在的生命危險）。

探索活動是利用戶外的環境來從事對人的體能、精神及意志所造成的刺激、壓力和緊張等主要內容的活動，強調成員的溝通及合作關

係，並提供成員身心挑戰，進一步能解決所面臨的問題。本研究以高職學生為主，考慮到實際狀況及需要，本研究整個方案的活動設計包含：「暖身活動」、「信任同理活動」、「溝通活動」、「合作活動」、「問題解決活動」，並在此活動歷程中以漸進的活動方式進行，激發成員彼此間的潛力，提升其對團體的價值。

(1)暖身活動：讓團體成員互相認識的機會，藉由活動讓彼此熟悉。

(2)信任同理活動：藉由一系列漸進式的活動，讓團體成員有機會將其自身安全交付給其他成員。

(3)溝通活動：透過團體進行決策時所強調的傾聽、語言及生理技巧活動，增進成員彼此的思考、情感和行為溝通的能力及技巧。

(4)合作活動：活動過程中成員互相協助，完成任務。

(5)問題解決活動：提供成員投入一系列簡單至複雜的問題解決活動，透過不斷嘗試錯誤，增進成員彼此間的溝通、合作及協調。

#### (一)暖身活動

本節課程內容共分為姓名賓果、字幕情人與全方位價值契約等三個活動單元，希望能達成增進互相認識的機會、利用趣味性的活動或遊戲使學生逐漸熟悉彼此、建立默契規範、增進團體向心力，訂定公約，共同遵守、進行分組，產生共識、互相認識，增進熟悉度等目的。

以下就依據上述教學目標在活動過程中所達成的狀況分述：

1. 能互相認識同儕，增進熟悉度。
2. 能記住同學的特色，並區別不同同學的特色。
3. 表現同學的熟絡，破除藩籬。
4. 感受因同質性分組而產生的熟悉感與力量。
5. 培養團體的向心力、歸屬感。
6. 討論出有益於團體的公共規約，產生共識，並承諾遵守。
7. 訓練學生表達能力。
8. 體會參與團體活動的意義，並嘗試改善或組織團體活動。
9. 培養幫助弱勢同儕的耐心。

## (二)信任同理活動

本節課程內容共分為手足情深與大手拉小手兩個活動單元，希望同儕之間因為有更多的瞭解與互動，因此更能相信信任，產生默契，且嘗試站在對方立場考慮事情，試圖理解對方，並且忠於自己，勇於表達，盡可能讓別人理解自己，一起完成更高的挑戰，達到團隊績效。

## (三)溝通活動

本節課程內容共分為七色彩虹與終極密碼兩個活動單元，希望培養同儕的協調溝通能力，勇於表達自我的思維，掌握重點，要尊重並耐心傾聽別人意見，真正瞭解發言者意圖，才能求取相同點，找出差

異，並接納差異，並而瞭解溝通是必須互相的，不能只是聽或說，要體會“說清楚“的重要性。

#### (四)合作活動、問題解決活動

擁有良好人際關係的青少年不但在待人處世上有較多成功經驗，也會提升對自我看法（蔡培村、張玉玲，1997）。藉著人際關係的經驗，發展出成人生活所必須具備的各種能力。本節課程內容以

“合作活動和問題解決活動“的主題，活動共分為老舊收銀機、硫酸河與孤島求生等三個單元進行。主要的教學目標就是期望可以藉由活動的進行，幫助學生了解自己的人際關係，進而改善自己的人際關係，增進團隊合作、產生對團體的安全與信任感、增加協調、合作、解決問題的能力。以下就依據上述教學目標在活動過程中所達成的狀況分述：

1. 感受團隊合作的重要並表現增進團隊分工合作的精神。
2. 培養同儕彼此的默契。
3. 體驗幫助別人等於幫助自己的奧妙。
4. 表現對同儕間彼此的信任，產生對團體的安全感。
5. 增加同心協力並激發創意，以客觀解決問題的能力。

表 2-3 探索活動設計表

主題	單元名稱	活動類型	單元目標
暖身活動	姓名賓果	1、解凍/熟悉 2、低阻礙 3、溝通	1、能互相認識同儕。 2、能記住同學的特色。 3、能區別不同同學的特色。
	布幕情人	1、解凍/熟悉 2、低阻礙 3、溝通 4、做決定/解決問題	1、表現同學的熟絡，破除藩籬。 2、培養團體的向心力、歸屬感。
	全方位價值契約	1、溝通 2、做決定/解決問題 3、社會責任 4、個人責任	1、協助團體達成目標。 2、激發個人學習。 3、理解團體合作的意義與價值。
信任同理活動	手足情深	1、信任/同理心 2、溝通 3、做決定/解決問題 4、社會問題	1、體驗幫助別人等於幫助自己的奧妙。 2、表現對同儕間彼此的信任。 3、同心協力並激發創意以解決問題。
	大手拉小手	1、信任/同理心 2、溝通 3、做決定/解決問題 4、社會責任	1、感受團隊合作的重要。 2、培養同儕彼此的默契。
溝通活動	七色彩紅	1、熟悉 2、溝通 3、個人責任	1、培養同儕的協調溝通能力。 2、培養真實傾聽的能力。 3、了解並接受自己更多的能力。
	終極密碼	1、低阻礙 2、溝通 3、做決定/解決問題	1、表現團隊分工合作的精神。 2、客觀解決問題。
合作活動	老舊收銀機	1、溝通 2、做決定/解決問題 3、社會責任 4、個人責任	1、表現團隊分工合作的精神。 2、客觀解決問題。 3、互相合作。
	硫酸河	1、溝通 2、做決定/解決問題 3、社會責任	1、感受團隊合作的精神。 2、客觀解決問題。 3、互相合作。
問題解決活動	孤島求生	1、溝通 2、做決定/解決問題	1、理解團體合作的意義與價值。 2、肯定個人在團體中的重要性

		遊戲 3、社會責任	與價值感。 3、學習對生存的環境付出關懷。
--	--	--------------	--------------------------

資料來源：本研究整理

整體而言，透過探索活動讓同學們對彼此有了更深一層的認識與瞭解，從一開始的「暖身活動」，讓剛升高職的一年級新生，能記住這些新面孔並且對彼此有基礎的認識，接著藉由「信任同理活動」，同學們在團體中也產生了一些基本的默契，以及萌生對團隊的信任感，並從「溝通活動」中增強個人與同儕間的溝通能力，學習表達自己的想法，且懂得耐心的傾聽對方所提出的意見，然後藉著「合作活動」的進行，能夠彼此分工合作完成每一項任務，也知道如何適時的去幫助隊友，最後藉由「問題解決活動」，使同儕之間學習對問題進行思考與討論，發揮出無限的創意，學會統整所有人的意見進而解決所有的問題。

### 第三章 研究方法

本研究採用問卷調查法，分析參加探索活動之成員對團體認同與人際關係之差異及相關。本章共分為五節：第一節為研究架構與假設；第二節為研究變項的操作性定義與衡量方法；第三節為問卷設計；第四節為問卷預設；第五節為研究對象與抽樣；第六節為資料蒐集。

#### 第一節 研究架構及假設

本研究根據前述之研究動機與目的及相關文獻，擬定本研究架構作為研究的藍本，其架構如下圖3-1所示：

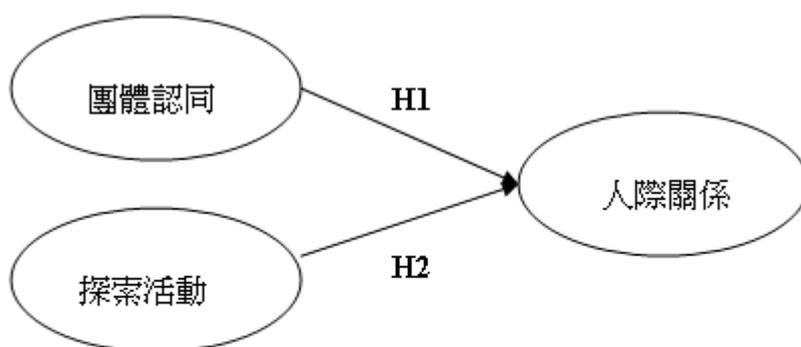


圖 3-1 研究架構

根據研究架構，本研究提出之假設如下：

假設 H1：成員之團體認同的程度對其人際關係有顯著的影響。

假設 H2：成員探索活動的參與會顯著影響其人際關係。

## 第二節 研究變項的操作性定義與衡量方法

綜合文獻探討之各變項的論述，本研究的各項之操作性定義及衡量方法如下：

### 一．人際關係

人的一生都需要與他人互動，並且藉著與他人的互動進而達到自我認同並成長，尤其是對青少年期的影響甚重，此時期的青少年對未來感到徬徨且容易迷失方向，藉由師長、朋友之間的關心及幫助，慢慢找到自我價值，因此，與師長、同儕建立良好的人際關係，有助於青少年的學習發展。故本研究對於青少年人際關係之測量，將之分為「師生關係」及「同儕關係」二部分進行，以得知其人際關係的現況。

(一)師生關係：高職學生與師長間的互動關係。

(二)同儕關係：高職學生與同學間的互動關係。

### 二．團體認同

當個人與團體的目標、價值觀相符，並朝著相同的目標及價值的方向而努力，在發揮交互作用後，會因為這些目標和價值的實現而獲得內心的滿足，並與團體在認知上有情感的聯繫，產生對該團體的認同，因此人們需要透過團體參與以及團體認同，來取得支持、滿足與歸屬感。故本研究對於青少年團體認同之測量，將之分為「相似性」、「凝聚力」、「歸屬感」三部分進行，三個項目的內容為：

(一)相似性：個人知覺自己與團體其他成員的共同性。

(二)凝聚力：個人對團體的向心力程度。

(三)歸屬感：個人知覺自我與團體連結的程度。

### 三·探索活動

探索活動是利用戶外的環境來從事對人的體能、精神及意志所造成的刺激、壓力和緊張等主要內容的活動，強調成員的溝通及合作關係，並提供成員身心挑戰，進一步能解決所面臨的問題。本研究以高職學生為主，考慮到實際狀況及需要，本研究整個方案的活動設計包含：「暖身活動」、「信任同理活動」、「溝通活動」、「合作活動」、「問題解決活動」，並在此活動歷程中以漸進的活動方式進行，激發成員彼此間的潛力，提升其對團體的價值。

(一)暖身活動：讓團體成員互相認識的機會，藉由活動讓彼此熟悉。

(二)信任同理活動：藉由一系列漸進式的活動，讓團體成員有機會將其自身安全交付給其他成員。

(三)溝通活動：透過團體進行決策時所強調的傾聽、語言及生理技巧活動，增進成員彼此的思考、情感和行為溝通的能力及技巧。

(四)合作活動：活動過程中成員互相協助，完成任務。

(五)問題解決活動：提供成員投入一系列簡單至複雜的問題解決活

動，透過不斷嚐試錯誤，增進成員彼此間的溝通、合作及協調。

### 第三節 問卷設計

本研究量表題項之編訂乃依據Schutz提出之人際關係三向度理論及Miller et al.(2000)之研究建議，並依本研究主題修改字句以適用於本研究，本問卷共分為三個部分，分別為人際關係、團體認同及探索活動，並根據此自編成「人際關係量表」及「團體認同量表」、「探索活動量表」。量表之相關內容分述如下：

#### 一．人際關係量表設計

本量表係測驗高職學生與師生及同儕之間的互動情形，共有9題。其量表填答方式採Likert五點量表，共分為「總是如此」、「經常如此」、「有時如此」、「很少如此」、「從不如此」五個選項，分別給予5分、4分、3分、2分、1分。受試者在量表的累計分數愈高，即代表人際關係程度愈好；分數愈低，則代表人際關係程度愈差。本研究題目編製如表3-1。

表3-1 人際關係問卷編製表

構面	構面定義	量表題項
師生關係	高職學生	1．我會主動向師長表達我的問題與困難
	與師長間	2．師長給我的意見不管什麼，我都相當重視
	的互動關	3．師長在學業上給的建議對我很有幫助

	係	4· 師長常常對我的日常生活表示關心
同儕關係	高職學生 與同學間 的互動關 係	1· 同學會主動關心我
		2· 我會主動向同學說我的心事
		3· 當我遇到困難時，會告訴同學
		4· 當同學遇到困難時，我會幫他想辦法解決
		5· 和班上的同學在一起時我覺得很愉快

## 二· 團體認同量表設計

本量表係測驗高職學生對於班級的認同程度，共有12題。本量表採Likert五點量表，共分為「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」、「非常不同意」五個選項，分別給予5分、4分、3分、2分、1分。受試者在量表的累計分數愈高，即代表團體認同程度愈高；分數愈低，則代表團體認同程度愈低。本研究題目編製如表3-2。

表3-2 團體認同問卷編製表

構面	構面定義	量表題項
相似性	個人知覺自己與團體其他成員的共同性	1· 班級的任何決定我都會盡量配合
		2· 我喜歡班級的活動
		3· 我與同學有共同話題
		4· 爲了考試，我與同學一起讀書
凝聚力	個人對團體的向心力程度	1· 班級的活動我會參加
		2· 班上同學會相互幫助，解決活動中遭遇的困難
		3· 我願意爲班級爭取榮譽
		4· 我願意花時間爲班上的事盡一份心力
	個人知覺自	1· 身爲班級的一員我感到很驕傲

歸屬感	我與團體連結的程度	2·我非常高興自己是在這個班級，而不是其他班級
		3·我會將班級的問題當成是我個人的問題
		4·當外人批評我們班時我會感到不愉快

### 三·探索活動量表設計

本量表係測驗高職學生是否能在活動歷程中以漸進的活動方式進行，激發成員彼此間的潛力，提升其對團體的價值，共有13題。本量表採Likert五點量表，共分為「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」、「非常不同意」五個選項，分別給予5分、4分、3分、2分、1分。受試者在量表的累計分數愈高，即代表活動效果愈好；分數愈低，則代表活動效果愈差。本研究題目編製如表3-3。

表3-3 探索活動問卷編製表

構面	活動內容	量表題項
暖身活動	讓團體成員互相認識的機會，藉由活動讓彼此熟悉	1·因為探索活動我對同學有初步的認識
		2·因為探索活動改變我對同學的第一印象
信任同理活動	藉由一系列漸進式的活動，讓團體成員有機會將其自身安全交付給其他成員	1·因為一起完成任務而建立我對同學的信任感
		2·因為活動建立同學對我的信任感
溝通活動	透過團體進行決策時所強調的傾聽、語言及生理技巧活動，增進成員彼此的	1·為了完成任務我學會和同學討論
		2·因為探索活動我知道怎麼表達自己的意見
		3·因為討論我可以了解同學有不同的想法
		4·我發現自己有領導及指揮的特質

	思考、情感和行爲溝通的能力及技巧	
合作活動	活動過程中成員互相協助，完成任務	1·爲了完成任務,我願意配合並聽從領導者的意見
		2· 透過探索活動,我與同學間越來越有默契
問題解決活動	提供成員投入一系列簡單至複雜的問題解決活動，透過不斷嚐試錯誤，增進成員彼此間的溝通、合作及協調	1· 因爲探索活動我學會找出解決問題的方法
		2· 因爲完成任務,我感到很有成就感
		3· 任務完成後我願意與同學分享感想

#### 第四節 問卷預試

##### 一· 信度分析

為瞭解問卷的可行性與適切性，乃在問卷正式發放之前，由同德家商學生隨機選取 30 人進行問卷之預試。預試分析著重在確認量表的可用程度及信度分析，以掌握測量的穩定性。

(一)表 3-4 說明高職學生人際關係之信度分析結果：

人際關係量表之內部一致性分析結果。在「師生關係」構面其 Cronbach' s  $\alpha$  值為 0.793；在「同儕關係」構面其 Cronbach' s  $\alpha$  值為 0.848，整體量表之 Cronbach' s  $\alpha$  值為 0.902。因此整體量表與各構面之 Cronbach' s  $\alpha$  值均達 0.7 以上，顯示各構面與整體量表之內部一致性均達相當水準。

表 3-4 人際關係量表信度分析結果

構面	題目	Cronbach's $\alpha$ 值
師生關係	1·我會主動向師長表達我的問題與困難	0.793
	2·師長給我的意見不管什麼，我都相當重視	
	3·師長在學業上給的建議對我很有幫助	
	4·師長常常對我的日常生活表示關心	
同儕關係	1·同學會主動關心我	0.848
	2·我會主動向同學說我的心事	
	3·當我遇到困難時，會告訴同學	
	4·當同學遇到困難時，我會幫他想辦法解決	
	5·和班上的同學在一起時我覺得很愉快	
整體量表		0.902

(二)表 3-5 說明高職學生團體認同之信度分析結果：

團體認同量表之內部一致性分析結果。在「相似性」構面其 Cronbach' s  $\alpha$  值為 0.812；在「凝聚力」構面其 Cronbach' s  $\alpha$  值為 0.623，；在「歸屬感」構面其 Cronbach' s  $\alpha$  值為 0.797，整體量表之 Cronbach' s  $\alpha$  值為 0.909。一般而言，Cronbach' s  $\alpha$  值在 0.7 以上其信度結果較佳，整體量表及「相似性」、「歸屬感」兩大構面之 Cronbach' s  $\alpha$  值均高於 0.7，顯示內部一致性具有相當的水準。而「凝聚力」構面 Cronbach' s  $\alpha$  值低於 0.7，為 0.623，屬尚可接受的範圍。

表 3-5 團體認同量表信度分析結果

構面	題目	Cronbach's $\alpha$ 值
相似性	1·班級的任何決定我都會盡量配合	0.812
	2·我喜歡班級的活動	
	3·我與同學有共同話題	

	4·爲了考試，我與同學一起讀書	
凝聚力	1·班級的活動我會參加	0.623
	2·班上同學會相互幫助，解決活動中遭遇的困難	
	3·我願意爲班級爭取榮譽	
	4·我不願意因爲班上的事浪費太多時間	
歸屬感	1·身爲班級的一員我感到很驕傲	0.797
	2·我非常高興自己是在這個班級，而不是其他班級	
	3·我會將班級的問題當成是我個人的問題	
	4·當外人批評我們班時我會感到不愉快	
整體量表		0.909

## 第五節 研究對象與抽樣

本研究範圍以台中縣青年中學 98 學年度入學新生爲抽樣對象，由舞蹈科、美容美髮科、餐飲科、觀光科、資訊科等科系各抽取一班，每班 50 人，問卷發放時間爲 98 年 10 月至 11 月，計 8 週。

本問卷總計發放 224 份，回收問卷 224 份，回收率爲 100%，其中有 8 份因漏填及資料不全原因，以無效問卷計並予以刪除，總計有效問卷爲 216 份，有效回收率爲 96.43%。

## 第六節 資料蒐集

正式施測後，將回收的問卷加以檢視，刪除無效問卷並加以編碼及建檔完畢後，利用 SPSS 17.0 For Windows 統計套裝軟體進行各項統計分析，而所使用的資料分析方法如下：

一·百分比、次數分配

本研究以百分比及次數分配瞭解受試者的「個人背景資料」、「人際關係」、「團體認同」及「探索活動實施」之現況。

## 二·平均數

本研究以平均數瞭解受試者之「個人背景資料」、「人際關係」、「團體認同」及「探索活動實施」之現況。

## 三·變異數統計分析：

### 1·獨立樣本 T 檢定(T-Test)：

針對高職學生的性別(男、女兩項)，利用獨立樣本 T 檢定法，分析自變項對人際關係、團體認同及探索活動之間是否有顯著性差異。

### 2·單因子變異數分析(One-Way ANOVA)：

針對高職學生之家庭狀況(與父母同住、與親戚同住、外宿、其他四項)，採用單因子變異數分析，以分析自變項對人際關係、團體認同及探索活動之間是否有顯著性差異。

## 四·回歸分析

利用回歸分析探討團體認同、探索活動對人際關係是否達到設定顯著水準，以確認兩者之間是否有顯著關係存在。

## 第四章 結果分析與討論

本章根據前述研究目的與研究假設將回收的問卷資料作相關的統計分析；首先描述樣本回收情形並分析樣本背景特性，其次探討高職學生的人際關係及團體認同現況，並藉由探索活動量表瞭解其施行結果，針對前述研究架構中的各變項及各構面進行相關性分析及描述，以檢視本研究之各項假設是否成立。

### 第一節 樣本資料分析

本次可知受訪之高職生，在性別分佈上，「女性」有 128 位 (59.3%)，「男性」有 88 位，佔的比例則為 (40.7%)。目前家庭狀況以「與父母同住」居多，有 182 位 (84.3%)，其次為「外宿」有 18 位 (8.3%)；「其他」有 9 位 (4.2%)；「與親戚同住」有 7 位 (3.2%)。經濟狀況以「普通」佔的最多有 168 位 (77.8%)，其次為「小康」有 36 位 (16.7%)；「貧困」有 12 位 (5.6%)，詳如表 4-1。

由上述結果來看，本研究所受訪之高職生，以「女性」(59.3%) 居多，並且多「與父母同住」(84.3%) 為常態，其他居住方式如「外宿」(8.3%) 則為少數，在經濟狀況方面，家境「普通」(77.8%) 的情況居多，顯示同學間之經濟情形多為類似，並沒有太大的貧富差距。

表 4-1 受試者高職生之現況

項目	選項	人次	百分比
性別	男	88	40.7%
	女	128	59.3%
家庭狀況	與父母同住	182	84.3%
	與親戚同住	7	3.2%
	外宿	18	8.3%
	其他	9	4.2%
經濟狀況	富裕	0	--
	小康	36	16.7%
	普通	168	77.8%
	貧困	12	5.6%

## 第二節 人際關係、團體認同、探索活動現況

本研究問卷除個人基本資料外，尚有人際關係、團體認同、探索活動三部分，敘述如下：

### 一．人際關係現況

「人際關係」之整體平均數為 3.42，顯示高職生在人際關係上都能有不錯的互動，並且在與人相處上都能夠互相關懷與幫助。而「師生關係」之平均數為 3.22、「同儕關係」為 3.57，由此結果得知受訪之高職生與同儕關係的互動較多，可能是因為年齡相近，擁有共同的話題，所以在相處上會比較親近。

由表 4-2 可看出高職生人際關係的現況，其平均數較高的前四題分別為「和班上的同學在一起時我覺得很愉快」(3.92)、「當同學遇到困難時，我會幫他想辦法解決」(3.79)、「同學會主動關心我」(3.71)、「師長在學業上給的建議對我很有幫助」(3.55)，由此顯示，受訪之

高職生對於同儕關係比起師長關係較為重視，推測可能因相處時間較長，並且年紀較為相近，想法也比較相似，因此對於同儕的互動關係會較為頻繁，但對於師長的建議也頗為認同，應該是因為師長對於課業不管是在經驗上而或是知識上都比學生更為歷練，所以學生在對於課業上師長所給予的建議會認為有一定的幫助。

由表 4-2 可得知整體平均數為 3.42，高於平均值中間 3，顯示人際關係程度屬中上以上。平均數最高之前四題 3.50 以上，顯示高職生在與師生和同儕的相處上都能保有不錯的關係。而平均數較低的第一題 3.0 以下，顯示高職學生對於長輩會略顯被動，可能因年紀的差距或所站在的立場有所不同，因此有問題或困難較不會主動去向師長訴說。

#### (一)師生關係現況

該構面問卷內容在於測量「高職學生與師長之間的互動關係」，題數共 4 題，構面平均數為 3.22。各題項大多高於平均值中點 3，數據顯示高職學生與師長間的互動屬中上程度，表示學生與師長間互動頗為頻繁，師長會主動關切學生的課業或生活，並會給予意見解決學生的問題，學生也都很尊重師長的意見，對於師長的建議也都予以接納。

藉由各題資料得知，「我會主動向師長表達我的問題與困難」之

平均數(2.60)為最低，低於構面平均數，由此可知，高職生在與師長的相處上處於較被動的一方，不會主動去向師長訴說自己的困難，而可能期待師長主動給予關心與幫助；「師長給我的意見不管什麼，我都相當重視」之平均數為(3.39)，表示師長所給予學生之意見，學生們大部分都會認為有幫助並且樂於接受，可能因為師長在社會歷練上較學生豐富很多，並且在思想上也比學生成熟許多；「師長在學業上給的建議對我很有幫助」之平均數(3.55)為最高，顯示學生對於師長在學業上所給予的建議相當重視，並且認為有某些程度上的幫助，因為師長在學業上具有專業的知識，所以學生應該也認為師長所給予的建議是有效的；「師長常常對我的日常生活表示關心」之平均數為(3.37)，顯示高職學生認為，師長會主動關切學生們日常生活的狀況。

## (二)同儕關係現況

該構面問卷內容在於測量「高職學生與同儕之間的互動關係」，構面平均數為 3.57。各題項均高於平均值中點 3，題數共 5 題，數據顯示高職生與同儕間的互動屬中上程度，高職生一天之中有大部分的時間與同儕相處在一起，這表示高職生與同儕間的互動會十分頻繁，也都會互相關心彼此的生活狀況，並且與同儕間的相處較為主動，願意向同學訴說自己的困難，也可能因為有相同的學習環境，因此和同學的相處上也較為自在。

藉由分析該構面各題項中，「同學會主動關心我」之平均數為(3.71)，顯示高職生認為同儕重視他的生活，並且會主動給予關心；「我會主動向同學說我的心事」之平均數(3.19)為最低，此結果顯示高職生有心事不會主動向同儕傾訴，可能是因為心事屬於個人私密的層面，而選擇與同儕之間愉快的相處；「當我遇到困難時，會告訴同學」之平均數為(3.25)，由此表示高職學生在有困難時，願意向同學傾訴以尋求協助；「當同學遇到困難時，我會幫他想辦法解決」平均數為(3.79)，顯示高職生相當重視同學的問題，同學有困難時高職學生會盡量給予協助；「和班上的同學在一起時我覺得很愉快」之平均數(3.92)為最高，由此可知高職學生與同儕間的相處，推測是因年齡關係相處起來較為自在，並且每天在一樣的環境下學習，可能因為這個原因，與同儕相處起來會比較愉快。

整體看來，數據顯示大多都落在中間值3以上，顯示高職學生在人際關係方面都極為重視，不管是與師長或與同儕間的互動都是如此，並且可由此發現，因為對象的不同，高職生則會有不同的選擇，例如高職學生會偏向於與自己年紀較為相仿的同學訴說自己的困難，也會主動關心同學及幫助同學，對於師長則較為被動，反而是師長會主動關心學生生活，不過對於師長與同學間的主動關切以及建議，通常都會接受並且採納，因此，高職生在校人際關係方面，與師

長及同儕間的互動都是相當頻繁。

本研究將人際關係分為師生關係與同儕關係兩部分進行探討，以受試者在師生關係量表與同儕關係量表之反應為依據，茲採用平均數及標準差對高職生之人際關係總體情形做分析與討論，資料詳如：

表 4-2 人際關係現況表

構面	項目	平均數		
師生關係	1.我會主動向師長表達我的問題與困難	2.60	3.22	3.42
	2.師長給我的意見不管什麼，我都相當重視	3.39		
	3.師長在學業上給的建議對我很有幫助	3.55		
	4.師長常常對我的日常生活表示關心	3.37		
同儕關係	5.同學會主動關心我	3.71	3.57	
	6.我會主動向同學說我的心事	3.19		
	7.當我遇到困難時，會告訴同學	3.25		
	8.當同學遇到困難時，我會幫他想辦法解決	3.79		
	9.和班上的同學在一起時我覺得很愉快	3.92		

資料來源：本研究整理

## 二·團體認同現況

團體認同問卷分成三大構面，表 4-3 為團體認同現況分析之平均數，其構面分別為「相似性」(3.46)、「凝聚力」(3.56)、「歸屬感」(3.38)，三大構面之平均數均高於平均值中點 3，顯示高職學生對於團體的認同均有一定的程度。從數據中可得知「凝聚力」平均數(3.56)為最高，顯示高職學生會關心班級的事物，並願意參與班級任何活動

與決定，擁有高度的參與感，由此可看出其對於班級有一定的程度的向心力，維護班級的榮譽。而「歸屬感」平均數(3.38)在該部分問卷數據為最低，顯示高職學生認為自己與班級之間的關係並不是那麼緊密，由此可看出對於學生與班級彼此間的關係連結程度仍有待加強。

由表 4-3 可看出高職學生對團體認同的程度，其平均數較高的前四題為「班級的任何決定我都會盡量配合」(3.87)、「我與同學有共同話題」(3.65)、「班級的活動我會參加」(3.62)、「班上同學會相互幫助，解決活動中遭遇的困難」(3.61)；相對的平均數較低的為「我會將班級的問題當成是我個人的問題」(2.93)、「為了考試，我與同學一起讀書」(2.82)，由此可看出，高職學生彼此之間的特質大多是相似的，可能是年齡相仿的關係，在觀念上較為一致；從高職學生對於班級的支持程度中可看出大多數的高職生願意付出時間及精神，且踴躍參加班級的任何活動。

從表 4-3 得知整體平均數為 3.47，高於平均值中點 3，顯示團體認同程度屬中上程度。平均數最高之前四題(3.60)以上，顯示高職學生與同學彼此間的共同性及對於班級的向心力具有相當程度的認同。而平均數較低的後兩題(3.0)以下，顯示高職學生在面對班級的問題時，很難真正的把它當成是自己的問題，比較不願去想辦法解決；且彼此間對於考試並不是很注重，很少會為了考試而一起讀書。

### (一)相似性

該構面之問卷內容在於測量「個人知覺到自己與其他成員共有的特質」，題數共 4 題，構面平均數為 3.46。各題項大多高於平均值中點 3，數據顯示高職學生的相似性屬中上程度，表示學生彼此間大多數認為自己與同儕之間具有共同的特性，且擁有相同的話題，在想法上多為類似。

藉由分析該構面各題項中，得知「對於班級的任何決定我都會盡量配合」(平均數為 3.87)，顯示當高職學生在面對班上的任何決定時，大多數偏向同意，並儘可能的去配合；而「我喜歡班級的活動」(平均數為 3.50)，顯示高職學生對於班級活動的喜好大多數是一致的，可能是因為想法類似，因此喜歡的活動大多相同；「我與同學有共同話題」(平均數為 3.65)，顯示高職學生彼此之間因有相似的觀念，有相同的話題可以一起討論，並且更了解同儕的想法；「為了考試，我與同學一起讀書」(平均數為 2.82)，該題平均低於構面平均數，由此得知高職學生對於考試而一起讀書的可能性並不高，較少學生會因考試而聚在一起。

### (二)凝聚力

該構面之問卷內容在於測量「個人對團體支持的程度」，題數共 4 題，構面平均數為 3.56。各題項均高於平均值中點 3，數據顯示高

職學生的凝聚力屬中上程度，表示學生對於班級具有一定的向心力，對於班級的活動或是決定大多是採支持的態度，願意參與活動，並花時間去為班級爭取榮譽。

藉由分析該構面各題項中，得知「班級的活動我會參加」(平均數為 3.62)，顯示高職學生對於班級舉辦的活動，絕大多數是會參加的；「班上同學會相互幫助，解決活動中遭遇的困難」(平均數為 3.61)，顯示高職學生在活動中如果遭遇困難，同學彼此間願意相互幫助，共同解決困難；「我願意為班級爭取榮譽」(平均數為 3.50)，該題雖低於構面平均數，但仍高於中間值 3，顯示高職學生對於班級大多是有榮譽心的，願意付出精神及時間為班級爭取；「我願意花時間為班上的事盡一份心力」(平均數 3.52)，此題平均數低於構面平均數，但仍高於中間值 3，顯示高職學生願意花時間為班上的事而努力，不管是否有所幫助，都希望能盡一分心力。

### (三)歸屬感

該構面之問卷內容在於測量「個人與團體結合在一起的程度」，題數共 4 題，構面平均數為 3.38。各題項大多高於平均值中點 3，數據顯示高職學生的歸屬感屬中上程度，表示學生對於自己所處的這個班級是感到認同的，並且認為自己是身入其中的，與班級是有連結一起的。

藉由分析該構面各題項中，得知「身為班級的一員我感到很驕傲」(平均數為 3.48)大多數的學生對於自己在這個班級中感到開心的，並且以身為班級的一份子而感到驕傲；「我非常高興自己是在這個班級，而不是其他班級」(平均數為 3.56)，顯示高職學生對於自己所處的班級有一定程度的認同，個人想法與班級是契合的，且高興自己是身處該班級；「我會將班級的問題當成是我個人的問題」(平均數為 2.93)，該題平均數低於構面平均數，顯示高職學生在面對班級的問題時，絕大部分的學生不會把它當成是個人問題一樣來處理，較少人願意去花精神想辦法解決；「當外人批評我們班時我會感到不愉快」(平均數為 3.56)，顯示高職學生在遇到外人對自己的班級有所批評時，大多是會感到不愉快的，可看出學生是相當維護自己的班級的，不願被別人貶低。

從整體來看，團體認同的程度具有一定的水準，數據大多介於 3.38~3.56 之間，顯示高職學生對於所處的團體是認同的，不論是學生之間的觀念或是學生對於自己所處的班級看法上大多都是一致的，大部分的學生願意支持班級的決議，並且踴躍參與，將班級視為自己的一部分，為班級有所付出，讓自己更融入這個團體中。表 4-3 為高職學生團體認同之現況分析，詳述如下：

表 4-3 團體認同現況表

構面	項目	平均數		
相似性	1.班級的任何決定我都會盡量配合	3.87	3.46	3.47
	2.我喜歡班級的活動	3.50		
	3.我與同學有共同話題	3.65		
	4.爲了考試，我與同學一起讀書	2.82		
凝聚力	1.班級的活動我會參加	3.62	3.56	
	2.班上同學會相互幫助，解決活動中遭遇的困難	3.61		
	3.我願意爲班級爭取榮譽	3.50		
	4.我願意花時間爲班上的事盡一份心力	3.52		
歸屬感	1.身爲班級的一員我感到很驕傲	3.48	3.38	
	2.我非常高興自己是在這個班級，而不是其他班級	3.56		
	3.我會將班級的問題當成是我個人的問題	2.93		
	4.當外人批評我們班時我會感到不愉快	3.56		

資料來源：本研究整理

### 三、探索活動現況

本部分探討實施探教育課程後對高職學生人際關係之影響，以題平均數及整體平均數來說明高職學生探索活動實施現況，其敘述如下：

表4-4探索活動現況之平均數，分別為『暖身活動』(3.70)、『信任同理活動』(3.66)、『溝通活動』(3.50)、『合作活動』(3.75)、『解決問題活動』(3.67)，以上五大構面的數值皆在中間值(3)以上，顯示高職生不論在探索活動哪個活動項目皆能成為良好人際關係的要素。表4-4探索活動現況，從其數據中可得知以合作活動之平均數最高(3.75)，又以溝通活動最低(3.50)，顯示高職生在進行探索活動之後，認為合作活動的方式比較能增進個人與同儕之間的關係；而在

溝通活動方面比較難以增進人際關係部分，顯然在口語上表達的效果比行動表達比較不容易。

經SPSS 統計輸出結果(如表4-4)，平均數最高的前四題為，『因為探索活動我對同學有初步的認識』(3.83)、『因為討論我可以了解同學有不同的想法』(3.80)、『為了完成任務,我願意配合並聽從領導者的意見』(3.88)、『因為完成任務,我感到很有成就感』(3.88)；相對的在平均數最低的後三題分別為，『因為探索活動我知道怎麼表達自己的意見』、『我發現自己有領導及指揮的特質』(3.00)、『任務完成後我願意與同學分享感想』。

從表4-4得知整體平均數(3.63)，高於中間值3，顯示探索活動有助於個人與同儕之間的互動，而平均數最高的前四題(3.80以上)，均屬於與同儕間有互動關係，由此可知，經過探索活動使得個人與同儕之間的關係具有正向效應。然而，經過探索活動的測試，在平均數最低的後三題(3.50以下)，顯示高職生在自我展現方面比較薄弱，顯然探索活動不容易讓高職生產生自我肯定，因此平均數雖然高於中間值(3)，但稍顯不足。

進一步從表4-4將探索活動之五大構面及各題項依序做分析，以利於了解高職生在實施探索活動後，數值產生的可能性，如以下之敘述：

### (一) 『暖身活動』

第一個構面『暖身活動』(平均數為3.70)，此部分是進行探索活動之首要部分，也是個人與同儕之間互相試驗、了解彼此的第一步，因此得先消除高職生對同儕間的陌生感，從數據上顯示(平均數3.70)，此階段的活動獲得大部分高職生正向的反應，認為暖身活動在人際上的互動有相當的幫助。

分析此構面後，再陸續其中之題項部分，『因為探索活動我對同學有初步的認識』(平均數3.83)，從數據可得知探索活動可讓同儕關係更親密；『因為探索活動改變我對同學的第一印象』(平均數3.58)，數據顯示探索活動可改善原先對同儕間的陌生印象。

### (二) 『信任同理活動』

第二個構面『信任同理活動』(平均數為3.66)，人際互動的經驗是影響人際關係發展的重要因素，其中人際間的信任感是促成人際互動良好的要素，而重視同儕之間的感受，以同理心對待也是能讓團體更融洽與減少衝突，增進良好人際關係的方式，因此在此構面數值平均數(3.66)，顯示在探索活動醞釀出同儕間的信任感與同理心，有助於同儕的相處，也是探索活動相當重要的一環。

分析此構面後，再陸續其中之題項部分，『因為一起完成任務而建立我對同學的信任感』(平均數3.69)，此數據代表活動的歷程，能

學習信任他人，此信任感是促成良好人際關係的要素之一；『因為活動建立同學對我的信任感』(平均數3.65)，此數據與前題數據相差不遠，因此可以得知在活動歷程中，信任他人同時，也可以建立他人信任自己，是屬於對等的關係，皆有助於人際關係。

### (三)『溝通活動』

第三個構面『溝通活動』(平均數為3.50)，表達能力是增進人際關係的一個要素，懂得謙虛尊重、欣賞讚美、坦誠自信以及了解說話的技巧是人際能擁有較好的人際智慧。本研究高職生在參與活動的過程中，常需提供意見以解決團體的問題或是分享自己感受與他人討論，在別人發表時，也需認真聆聽，尤其在合作溝通與解決問題活動，透過學童們的意見交流，通常會產生意見領袖，統整大家意見，找出最適合團體的意見。因此學童在接受探索教育課程後，對於事情比較有自己的看法，且能勇於表達自己的意見，進而增進個人在同儕間的人際關係，而在此構面之數值是五大構面最低的，顯示出高職生不擅於在探索活動中運用溝通的方式進行，因此比較不容易促成人際的發展。

分析此構面後，再陸續其中之題項部分，『為了完成任務我學會和同學討論』(平均數3.75)，由於探索活動的歷程中，常常需要表達意見與同學間做交流，因此在討論的過程中，進而增進個人與同儕間

的人際關係：『因為探索活動我知道怎麼表達自己的意見』(平均數3.46)，此數據可得知，經過探索活動之後，對於事情比較有自己的看法，且能勇於表達自己的意見，在人際關係的發展產生了良好效應；『因為討論我可以了解同學有不同的想法』(平均數3.80)，此數具可得知，探索是一個需要彼此間共同合作溝通才可以解決問題的活動，而在別人發表意見，透過同儕間的意見交流，認真聆聽別人意見，可以讓自己了解別人的想法，進而增進人際關係；『我發現自己有領導及指揮的特質』(平均數3.00)，此數據剛好落在中間值，表示高職生經過探索活動之後，對於自己是否有領導指揮的特質，並不顯著，代表高職生在這方面並不具有足夠的信心，因此對於人際關係的發展並不張顯。

#### (四)『合作活動』

第四個構面『合作活動』(平均數為3.75)，不守團體規範且自我中心者，易被他人討厭而排斥。在探索教育的活動中，高職生必須透過團隊的合作才能完成所有的任務，因此也加強的學童對於團隊合作的概念。而活動的過程若加上競爭的元素，則會使活動更加刺激，氣氛更加活絡，而此構面平均數數據(3.75)，顯然大部分的高職生都認為，以合作的方式比較容易提升同儕之間的關係，也比較可以在過程中藉由團隊的概念，將彼此圍繞在一起。

分析此構面後，再陸續其中之題項部分，『為了完成任務,我願意配合並聽從領導者的意見』(平均數3.88)，此題的數據結果相當高，而探索活動必須透過團隊的合作才能完成所有的任務，因而增強高職生為了任務完成而聽從於領導者，因此比較不容易被團體排斥；『透過探索活動,我與同學間越來越有默契』(平均數3.63)，此數據顯示，經過探索活動的進行，有助於同學之間的默契，良好的默契也可以帶動良好的人際關係，因此對於人際關係具有正面的功效。

#### (五)『解決問題活動』

第五個構面『解決問題活動』(平均數為3.67)，到此階段，同儕間已經奠定了良好的基礎，此時團隊發展也進入了規範期。而從數據顯示(平均數為3.67)，表示同儕間共同解決問題，藉由一連串從簡單到複雜的解決問題活動，循序漸進地促進彼此之間氣氛的協調、互相合作並妥協，且共同解決問題及達成目標，能夠增進人際關係的發展，獲得良好效益。

分析此構面後，再陸續其中之題項部分，『因為探索活動我學會找出解決問題的方法』(平均數3.67)，在數據中可以獲知，探索活動最主要就是經由團體的溝通，為所遭遇的問題找一個比較好的解決方法，而在這過程中，可以增進個人的學習，更可以增強同儕間的關係；『因為完成任務,我感到很有成就感』(平均數3.88)，此平均數相當

高，由此可知在團體任務完成時，會讓人擁有成就感，而在探索活動後，較容易獲得良好的人際關係；『任務完成後我願意與同學分享感想』（平均數3.48），此數據顯示，在任務完成時，高職生會分享個人的感受與想法，此時學童若能意識到不好的行為會造成別人心裡不好的感受，在日常生活中減少不好的行為，人際間的衝突也會減少，因此具有增進人際關係的效果。

從整體來看，探索活動大都朝向正面之效應，數據的落點都在中間值以上，並沒有低於中間值，因此高職生對於探索活動的實施，都認為在個人的人際關係上具有不錯的成效。目前，探索活動在國內可說是剛起步之階段，參與活動的機會並不是很多，且此研究的參與者皆是高職新生，普遍為首次參加，而活動中又充滿趣味性、挑戰性、益智性、教育性，和一般所熟之的團康活動不一樣，因此，大多數參與者都感受很珍惜和心情愉快。而且因活動中是透過結構式團體活動進行，並需不斷的運用腦力激盪解決問題，僅需要將每個人的聲音做整合，找出團體的共識，所以有助於同儕間的互動關係。

表 4-4 探索活動現況表

	項目	平均數		
暖身活動	1· 因為探索活動我對同學有初步的認識	3.83	3.70	3.63
	2· 因為探索活動改變我對同學的第一印象	3.58		
信任同理活動	3· 因為一起完成任務而建立我對同學的信任感	3.69	3.66	
	4· 因為活動建立同學對我的信任感	3.65		
溝通活動	5· 為了完成任務我學會和同學討論	3.75	3.50	
	6· 因為探索活動我知道怎麼表達自己的意見	3.46		

	7· 因為討論我可以了解同學有不同的想法	3.80		
	8· 我發現自己有領導及指揮的特質	3.00		
合作活動	9· 為了完成任務,我願意配合並聽從領導者的意見	3.88	3.75	
	10· 透過探索活動,我與同學間越來越有默契	3.63		
問題解決活動	11· 因為探索活動我學會找出解決問題的方法	3.67	3.67	
	12· 因為完成任務,我感到很有成就感	3.88		
	13· 任務完成後我願意與同學分享感想	3.48		

資料來源：本研究整理

### 第三節 差異性分析

#### 一· 不同性別的高職學生，在人際關係方面之差異情形

研究發現不同性別的整體人際關係，是有所不同的，顯示性別對於高職學生在人際關係方面的影響非常顯著，達統計上的顯著水準（如表4-5）。且女生平均分數高於男生，因此受試女學生在人際關係方面較男學生為佳。

由表4-5可知在「師生關係」構面，不同性別之高職學生在此構面達.05的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在師生關係方面具有顯著的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在師生關係方面較受試男學生為佳；在「同儕關係」構面，不同性別之高職學生在此構面達.001的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在師生關係方面具有顯著的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在同儕關係方面較受試男學生為佳。

表4-5 性別與人際關係之獨立樣本T檢定

構面	性別	M	SD	T值	顯著性(雙尾)
師生關係	男生	3.097	0.737	-2.303	0.022*
	女生	3.320	0.676		
同儕關係	男生	3.331	0.893	-3.587	0.000***
	女生	3.379	0.068		
整體人際關係	男生	3.227	0.652	-3.873	0.000***
	女生	3.553	0.574		

\*表 p 值<0.05，\*\*表 p 值<0.01，\*\*\*表 p 值<0.001

## 二、不同性別的高職學生，在團體認同方面之差異情形

研究發現不同性別的整體團體認同，是有所不同的，顯示性別對於高職學生在團體認同方面的影響非常顯著，達統計上的顯著水準(如表 4-6)。且女生平均分數高於男生，因此受試女學生在團體認同方面較男學生為佳。

由表4-6可知在「相似性」構面，不同性別之高職學生在此構面達.001的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在相似性方面具有顯著的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在相似性方面較受試男學生為高；

在「凝聚力」構面，不同性別之高職學生在此構面達.01的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在凝聚力方面具有顯著的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在凝聚力方面較受試男學生為高；在「歸屬感」構面，不同性別之高職學生在此構面達.001的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在歸屬感方面具有顯著

的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在歸屬感方面較受試男學生為高。

表4-6 性別與團體認同之獨立樣本T檢定

構面	性別	M	SD	T值	顯著性(雙尾)
相似性	男生	3.182	0.764	-4.522	0.000***
	女生	3.656	0.067		
凝聚力	男生	3.344	0.868	-3.103	0.002**
	女生	3.709	0.838		
歸屬感	男生	3.071	0.928	-4.340	0.000***
	女生	3.596	0.833		
整體團體 認同	男生	3.199	0.780	-4.464	0.000***
	女生	3.654	0.062		

\*表 p 值<0.05，\*\*表 p 值<0.01，\*\*\*表 p 值<0.001

### 三．不同性別的高職學生，探索活動參與之差異情形

研究發現不同性別探索活動參與情形，是有所不同的，顯示性別對於高職學生的探索活動參與情形的影響非常顯著，達統計上的顯著水準(如表4-7)。且女生平均分數高於男生，因此受試女學生的探索活動參與情形較男學生為佳。

由表 4-7 可知在「暖身活動」中，不同性別之高職學生在此構面並無顯著差異；在「信任同理活動」中，不同性別之高職學生在此構面並無顯著差異；在「溝通活動」中，不同性別之高職學生在此構面達.01 的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在溝通方面具有顯著的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在溝通方面較受試男學生為佳；在「合作活動」中，不同性別之高

職學生在此構面達.001的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在合作方面具有顯著的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在合作方面較受試男學生為佳；在「問題解決活動」中，不同性別之高職學生在此構面達.01的顯著水準，顯示不同性別的高職學生在問題解決方面具有顯著的差異。另外由上表可得知，女生的平均分數高於男生，因此受試女學生在問題解決方面較受試男學生為佳。

表4-7 性別與探索活動之獨立樣本T檢定

構面	性別	M	SD	T值	顯著性(雙尾)
暖身活動	男生	3.636	0.780	-1.118	0.265
	女生	3.750	0.631		
信任同理活動	男生	3.557	0.789	-1.809	0.072
	女生	3.746	0.732		
溝通活動	男生	3.352	0.719	-2.796	0.006**
	女生	3.606	0.606		
合作活動	男生	3.528	0.821	-3.613	0.000***
	女生	3.906	0.706		
問題解決活動	男生	3.515	0.732	-2.627	0.009**
	女生	3.784	0.743		
整體探索活動	男生	3.492	0.638	-2.965	0.003**
	女生	3.737	0.565		

\*表 p 值<0.05，\*\*表 p 值<0.01，\*\*\*表 p 值<0.001

#### 四．不同家庭狀況的高職學生，在人際關係方面之差異情形

研究發現不同家庭狀況的整體人際關係，受試的高職學生在此構面均>.05，沒有達到顯著性水準，顯示不同家庭狀況的高職學生在人際關係方面並無顯著的差異，可得知人際關係不會因家庭狀況不同而

產生變化。

由表 4-8 可知在「師生關係」構面，不同家庭狀況之高職學生在此構面達.001 的顯著水準，顯示不同家庭狀況的高職學生在師生關係方面具有顯著的差異；在「同儕關係」構面，根據 F 值與顯著性判斷資料所顯示資料均>.05，沒有達到顯著性水準，因此不同家庭狀況的高職學生在同儕關係方面並無顯著差異。

表4-8 家庭狀況與人際關係之單因子變異數分析

構面	家庭狀況	M	F	P
師生關係	與父母同住	3.194	6.890	0.000***
	與親戚同住	2.786		
	外宿	3.875		
	其他	3.229		
同儕關係	與父母同住	3.579	0.235	0.872
	與親戚同住	3.743		
	外宿	3.444		
	其他	3.578		
整體人際關係	與父母同住	3.408	0.870	0.457
	與親戚同住	3.318		
	外宿	3.636		
	其他	3.321		

\*表 p 值<0.05，\*\*表 p 值<0.01，\*\*\*表 p 值<0.001

#### 五．不同家庭狀況的高職學生，在團體認同方面之差異情形

研究發現不同家庭狀況的整體團體認同，受試的高職學生在此構面均>.05，沒有達到顯著性水準，顯示不同家庭狀況的高職學生在團體認同方面並無顯著的差異，可得知團體認同不會因家庭狀況不同而產生變化。

由表4-9可知在「相似性」構面，根據F值與顯著性判斷資料所顯示資料均 $>.05$ ，沒有達到顯著性水準，因此不同家庭狀況的高職學生在相似性方面並無顯著差異；在「凝聚力」構面，根據F值與顯著性判斷資料所顯示資料均 $>.05$ ，沒有達到顯著性水準，因此不同家庭狀況的高職學生在凝聚力方面並無顯著差異；

在「歸屬感」構面，根據F值與顯著性判斷資料所顯示資料均 $>.05$ ，沒有達到顯著性水準，因此不同家庭狀況的高職學生在歸屬感方面並無顯著差異。

表4-9 家庭狀況與團體認同之單因子變異數分析

構面	家庭狀況	M	F	P
相似性	與父母同住	3.448	1.018	0.385
	與親戚同住	3.357		
	外宿	3.750		
	其他	3.278		
凝聚力	與父母同住	3.550	2.159	0.094
	與親戚同住	3.036		
	外宿	3.944		
	其他	3.417		
歸屬感	與父母同住	3.367	0.513	0.674
	與親戚同住	3.250		
	外宿	3.625		
	其他	3.382		
整體團體認同	與父母同住	3.455	1.320	0.269
	與親戚同住	3.214		
	外宿	3.773		
	其他	3.333		

\*表 p 值 $<0.05$ ，\*\*表 p 值 $<0.01$ ，\*\*\*表 p 值 $<0.001$

## 六·不同家庭狀況的高職學生，探索活動參與之差異情形

研究發現不同家庭狀況探索活動參與情形，受試的高職學生在此構面均 $>.05$ ，沒有達到顯著性水準，顯示不同家庭狀況的高職學生在探索活動並無顯著的差異，可得知探索活動不會因家庭狀況不同而產生變化。

由表 4-10 可知在「暖身活動」中，不同家庭狀況之高職學生達 $.05$ 的顯著水準，顯示不同家庭狀況的高職學生在暖身活動具有顯著的差異；在「信任同理活動」中，根據 F 值與顯著性判斷資料所顯示資料均 $>.05$ ，沒有達到顯著性水準，因此不同家庭狀況的高職學生在信任同理活動並無顯著差異；在「溝通活動」中，根據 F 值與顯著性判斷資料所顯示資料均 $>.05$ ，沒有達到顯著性水準，因此不同家庭狀況的高職學生在溝通活動並無顯著差異；在「合作活動」中，根據 F 值與顯著性判斷資料所顯示資料均 $>.05$ ，沒有達到顯著性水準，因此不同家庭狀況的高職學生在合作活動並無顯著差異；在「問題解決活動」中，不同家庭狀況之高職學生達 $.05$ 的顯著水準，顯示不同家庭狀況的高職學生在問題解決活動具有顯著的差異。

表4-10 家庭狀況與探索活動之單因子變異數分析

構面	家庭狀況	M	F	P
暖身活動	與父母同住	3.720	3.316	0.026*
	與親戚同住	3.143		
	外宿	3.944		
	其他	3.704		

信任同理 活動	與父母同住	3.673	0.740	0.529
	與親戚同住	3.286		
	外宿	3.694		
	其他	3.833		
溝通 活動	與父母同住	3.493	0.915	0.434
	與親戚同住	3.357		
	外宿	3.722		
	其他	3.361		
合作 活動	與父母同住	3.734	2.060	0.107
	與親戚同住	3.429		
	外宿	4.139		
	其他	3.611		
問題解決 活動	與父母同住	3.628	2.712	0.046*
	與親戚同住	3.524		
	外宿	4.130		
	其他	3.815		
整體探索活動	與父母同住	3.624	1.777	0.153
	與親戚同住	3.363		
	外宿	3.910		
	其他	3.573		

\*表 p 值<0.05，\*\*表 p 值<0.01，\*\*\*表 p 值<0.001

#### 第四節 回歸分析

本研究為了解青少年團體認同、探索活動對人際關係之影響，以回歸分析進行探討，以團體認同與探索活動為自變項，人際關係為依變項，所得到多元回歸分析及顯著性檢定，團體認同得到整理模式解釋力為調整後 R 平方為 0.560、探索活動 R 平方為 0.452，顯示團體認同(Beta=0.750)、探索活動(Beta=0.674)，其中以團體認同對人際關係之影響程度高於探索活動。

表 4-11 迴歸分析

項目	調整過後 R 平方	F 檢定	Beta 分配	T 值	顯著性
團體認同	0.560	274.356	0.750	16.564	.000***
探索活動	0.452	178.437	0.674	13.358	.000***

\*P<.05， \*\*P<.01， \*\*\*P<.001

根據上述研究結果可推論出團體認同與探索活動對人際關係有顯著影響，因此高職生在人際關係方面會因團體認同與探索活動的改變而有所影響。

## 第五章 結論與建議

本研究主要是探討經由探索活動的實施，青少年對於團體的認同感和人際關係是否有顯著的影響，並提出建議，以作為國內實施探索教育課程與未來研究參考之用。全章共分為兩節，第一節為結論，第二節為建議。

### 第一節 研究結論

- 一、研究發現女生在人際關係方面表現較男生佳，尤其以同儕關係方面更為顯著，整體人際關係表現上均比男生好，推測是因女學生在個性上較為溫和，心思也較細膩，在事情的處理上思考得比較周密，並且與男學生比較之下，女學生較願意將自己的心事向別人訴說，因此，女學生在相處上較能連繫人際關係，也較關心彼此的生活狀況；而男學生在個性上較為直爽，與人相處也較直來直往，並且處於青少年時期的男生做事也較為衝動，因此這可能是造成男生在人際關係方面較女生來的差的原因。
- 二、在團體認同方面女生較男生為佳，本研究推測其可能原因，青少年時期的女學生較容易成群活動，因此在朋友的選擇上彼此的相似性也會較高，而在情感上也比男學生有較多的聯繫，個性上也較為柔順，因此對於班上所決定的事，也較能夠贊同，因此在團體認同上較能獲得支持與歸屬感。

- 三、研究顯示在探索活動的參與上，溝通活動、合作活動、問題解決活動等較有顯著性的差異，並且以女生的表現較好，可能原因為女生較願意配合活動的進行，在溝通上也比較能以溫和的態度表達，因此在活動的進行上較男生更能積極的參與。
- 四、不同家庭狀況的高職生，對於人際關係、團體認同和探索活動的參與，只有在師生關係這部分具有顯著的差異，其餘在團體認同與探索活動方面較無明顯的影響。
- 五、團體的認同感對高職生人際關係有明顯的影響，推測如果一個人對於團體的認同程度如果不高，那對於該團體的活動就會表現排斥，並且不想與其他人互動，相對的如果對於團體認同的程度較高時，較願意對其團體付出與配合，並且將自己與團體視為是一體的，在團體中也會感受到歸屬感，因此就比較會與人互動，並且幫助對方或關心對方，進而加深彼此間的感情，也增進了人際關係。
- 六、實施探索活動對高職生人際關係有明顯的影響，藉由探索活動的進行，能夠增進團體之間的感情，本研究以五種類型活動做為分析，在第一階段的暖身活動，破除彼此之間的陌生，對於團體間有了最初步的認識，也算是踏出增進人際關係的第一步，藉由活動的持續進行，同儕間必須有更頻繁的互動，借此增加對同儕間

的信任感，共同為活動的難題做討論，想辦法去解決問題，有解決問題的方法就要懂得溝通，學習如何說服其他人方法的可行性，並且在活動後願意去和其他人分享感想，這是平常生活中很難得遇見的互動方式，因此經由探索活動的實施，高職生會將其活動經驗運用在日常生活，可以培養與同學間的默契，也能增進彼此間的友誼，對於增進人際關係也有相當的幫助，因此推論探索活動有增進人際關係的效果。

## **第二節 建議**

### **一、對學校實施探索教育課程之建議**

#### **1. 藉由探索活動提升課程深度**

本研究發現探索活動獨特的精神與活動方式，有助於增進高職生的人際關係。九年一貫課程強調學生須學習帶得走的能力，並重視課程的統整，而探索課程符合九年一貫課程的理念，其精神與活動方式可運用於各科教學當中，除了可以使課程更加多元化，更能使高職生獲得更多的效益。

#### **2. 辦理探索教育課程研習**

進行探索教育課程須充分了解探索教育課程的內涵、特色與實施流程，因此老師扮演著相當重要的角色。但目前國內在探索教育課程方面的師資多在民間機構或是大專院校，而高職內少有專業的探索教育

師資，因此建議教育單位開辦探索教育課程研習，培養優秀的探索教育師資，讓探索教育能真正落實在高職課程內。

## 二、增進學生對團體的認同之建議

### 1．加強師長的輔導技巧解決學生人際問題

學生與同儕間的相處過程若不順利，不僅易影響其情緒，甚至於在團體中的人際關係，容易使其對該團體產生排斥，因此當學生發生與同儕相處不佳時，師長若能有效的輔導，增進其溝通能力，必可協助學生獲得被接受及尊重，且可安撫其不安的情緒，以增進團體間的和諧及學生對團體的認同。

### 2．利用分組討論加強學生對班級的凝聚力

師長可適時的釋出問題，利用小組討論的方式，讓學生能彼此溝通，並且願意花時間及頭腦共同解決所遭遇的難題，藉由互相合作的過程培養其對團體的向心力。

## 三、增進師生關係之建議

### 1．建議班導師能與學生共同參與探索活動

根據研究結果，班上同學互動關係明顯較佳，但與老師之間的互動則比較沒那麼頻繁，但是導師也屬於班上的一份子，如果能與學生共同參與探索活動，必能增進與學生的互動，也可以拉近和學生之間距離，因此能更進一步的瞭解學生，增進師生之間的關係。

## 2· 鼓勵師長參與校內學生之間的活動

校內的活動通常都只是學生之間的競賽，如果師長也能夠參與，加入學生的行列，暫時跳脫一般師長與學生之間的身分關係，如同朋友一樣的相處模式，如此一來應該可以打破師生之間的尷尬，增進師生之間的感情。

## 四、對探索教育課程實施者之建議

### 1· 加強問題深度引導學生反思較深層的問題

在課程中有設計一些相關問題讓學生去思考，但問題本身都比較表面上的問題，並非較有層次面的深度問題，使學生無法提高反思之能力。因此未來課程實施者，加強引導學生較深入性的反思，且引導學生往較多方面性的角度去思考，提升問題的深度與廣度，以促進學生的自我成長和思考能力。

### 2· 更精準的掌控活動的時間

由於本研究進行時間為一般教學時間，大都是利用體育課，一節課有四十五分鐘，兩節課加上下課時間也只要一百分鐘，又加上學生對於任務的解決速度有快有慢，然而學生聽到下課鐘就不會專心思考，一心只想下課，來不及進行完整的反思活動。因此實施者盡量多多鼓勵學生思考，在未來課程運用者在時間上的掌握可以更精準，將可以使活動進行的更完整，讓學生不會因外在干擾，有更多時間投入在反思

上面。

## 五、對後續研究之建議

### 1· 可往領導者人格特質方面做探討

在台灣探索教育可說是新興活動，建議未來的研究者，可以往領導的方面多加研究，領導者的人格特質是影響團體活動氣氛的主要原因，領導者必須了解團體的參與者的個體和掌控團隊狀況，並且能帶領一個團體進行探索，想必這些都值得去深入探討。

### 2· 在研究對象上能有不同的選擇

本研究的對象為高職一年級新生，班上同學彼此的關係屬於剛開始建立，建議可以不同年級做為樣本，在探索活動後的成效上應該會有所不同，也可以公司員工做為研究對象，探討活動後員工們的工作績效，以及員工之間互動關係，或許會有不同的收穫。

# 參考文獻

## 中文部分：

- 1、張芝鳳(2000)。《青少年與父母以及與同儕間的依附關係對其自我價值之影響研究》。花蓮師範學院-國民教育研究所。
- 2、蔡依倫(2001)。《宗教醫院志工組織認同與組織承諾之研究--與非宗教醫院志工工作比較》。國立中山大學 公共事務管理研究所。
- 3、劉家儀(2001)。《以人際關係論與計畫行為論探討網路交友之現象》。國立中山大學資訊管理研究所碩士論文。
- 4、張智雅(2001)。《偶像崇拜與青少年認同--以台灣流行音樂歌迷為例》。慈濟醫學院-社會工作研究所。
- 5、郭金龍(2002)。《探索教育課程對企業員工人際溝通效果之影響研究》。朝陽科技大學-休閒事業管理系碩士在職專班碩士論文。
- 6、林淑華(2002)。《國小學童情緒管理與人際關係之研究》。屏東師範學院-國民教育研究所。
- 7、許龍君(2003)。《大學生社團參與及其人際關係之研究》。彰化師範大學--商業教育學系在職進修專班碩士論文。
- 8、詹明欽(2003)。《不同取向生命教育對國小中年級學童自我概念、人際關係影響之研究》。南華大學生死學研究所碩士論文。
- 9、劉香姣(2003)。《不同取向生命教育課程對高中生自我概念、人際關係及生命意義影響之研究》。南華大學生死學研究所碩士論文。
- 10、簡益淳(2003)。《專業認知、組織認同、組織效能之關聯性研究：國軍 N 總部新聞發佈體系之個案研究》。世新大學傳播研究所碩士論文。
- 11、陳根旺(2003)。《阿德勒取向探索活動對國小低自尊學生輔導效果之研究》。臺灣師範大學 - 教育心理與輔導研究所。
- 12、李詩鎮(2003)。《探索活動團體氣氛與休閒效益關係研究》。朝陽科技大學休

閒所。

- 13、李允仁(2004)。《球隊認同對球迷滿意度與忠誠度影響之研究》。東吳大學 - 國際貿易學系。
- 14、楊慶欣(2004)。《探索教育活動引導者技能與特質之研究》。台灣師範大學公民教育與活動領導研究所。
- 15、陳宗麟(2004)。《體育課學習歷程價值取向對國中生創造力影響之研究—以探索教育例》。台北市立體育學院 - 運動科學研究所。
- 16、林宏茂(2005)。《最適團體模式的建立—個人表現與團體相對表現對社會流動的影響》。中原大學心理學系碩士學位論文。
- 17、呂亞蘋(2005)。《拓荒之旅：探索教育引導人員生涯重心之敘說研究》。台灣師範大學公民教育與活動領導研究所。
- 18、徐彩淑(2005)。《社團參與態度、社團凝聚力與人際關係之相關研究—以台北縣參與社團國中生為例》。國立臺灣師範大學--公民教育與活動領導學系在職進修碩士班。
- 19、李幸玲(2005)。《高雄市高職學生自尊身體意象及性行為之研究》。中國文化大學 - 生活應用科學研究所。
- 20、林淑惠(2006)。《技職校院大一新生生氣表達、人際關係與幸福感之研究》。美和技術學院健康照護研究所碩士論文。
- 21、林家五(2006)。《認同對決策嵌陷行為的影響：個體與群體層次的分析》。台灣管理學刊 第 6 卷第一期，2006 年 2 月 pp.157-180
- 22、黃小萍(2006)。《組織認同與組織效能之研究-以行政院海岸巡防署為例》。世新大學行政管理學系碩士學位論文。
- 23、黃振彰(2006)。《六堆地區青少年族群認同與自我概念關係之研究》。屏東科技大學 技術及職業教育研究所。
- 24、施紅朱(2006)。《探索教育課程對犯刑青少年生命意義感的影響之探討》。高

雄師範大學 教育學系。

- 25、徐仲欣(2006)。《探索教育活動帶領者休閒效益與自我實現之關聯性研究》。立德管理學院 休閒管理所。
- 26、張耀宗(2006)。《領導行為與集體效能對知識創造團隊學習影響之研究-以知識分享與團隊認同為中介變項》。國立雲林科技大學 管理研究所博士班。
- 27、康淑惠(2007)。《探索教育在國中綜合活動學習領域運用之行動研究》。國立中山大學 教育研究所。
- 28、楊琬萍(2007)。《探索教育課程對國小學童自我概念與人際關係影響之研究》。國立新竹教育大學體育學系體育教學碩士班碩士論文。
- 29、盧俊傑(2007)。《人際關係對情緒與學習生活品質之影響-以義守大學學生為例》。義守大學工業工程與管理學系碩士論文。
- 30、黃琪皎(2008)。《大學生依附風格、人際關係與網路成癮之相關研究》。國立臺南大學諮商與輔導學系碩士論文。
- 31、柯佳伶(2008)。《高職生情緒管理、人際關係與學業成就之研究》。朝陽科技大學工業工程與管理系。
- 32、莊子賢(2008)。《創造思考教學融入探索教育體驗學習活動之行動研究》。國立臺灣師範大學教育學院創造力發展碩士在職專班。

# 附錄

您好：

首先感謝您願意填寫此份問卷，本問卷係供專題研究參考之用，採取不記名的方式進行，答案無所謂對錯，請依據您實際的情形進行填答，填答資料絕不對外公開，敬請放心填答。再次的感謝您！

敬祝

萬事如意

朝陽科技大學休閒事業管理系

指導教授：鄭政宗 教授

專題學生：王寶琦 林忠佳

林佩盈 柯育婷

## 第一部分 個人基本資料

◎請依照您的實際情況，在適當的□內打勾。

- 1.性別：男女
- 2.家庭狀況：與父母同住 與親戚同住 外宿 其他
- 3.經濟狀況：富裕 小康 普通 貧困

## 第二部分 人際關係量表

	從	很	有	常	總
	未	少	時	常	是
	如	如	如	如	如
	此	此	此	此	此
	1	2	3	4	5
1. 我會主動向師長表達我的問題與困難	<input type="checkbox"/>				
2. 師長給我的意見不管什麼，我都相當重視	<input type="checkbox"/>				
3. 師長在學業上給的建議對我很有幫助	<input type="checkbox"/>				
4. 師長常常對我的日常生活表示關心	<input type="checkbox"/>				
5. 同學會主動關心我	<input type="checkbox"/>				
6. 我會主動向同學說我的心事	<input type="checkbox"/>				

- |                       |                          |                          |                          |                          |                          |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 7. 當我遇到困難時，會告訴同學      | <input type="checkbox"/> |
| 8. 當同學遇到困難時，我會幫他想辦法解決 | <input type="checkbox"/> |
| 9. 和班上的同學在一起時我覺得很愉快   | <input type="checkbox"/> |

### 第三部分 團體認同量表

從 很 有 常 總  
 未 少 時 常 是  
 如 如 如 如 如  
 此 此 此 此 此  
 1 2 3 4 5

- |                           |                          |                          |                          |                          |                          |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 班級的任何決定我都會盡量配合         | <input type="checkbox"/> |
| 2. 我喜歡班級的活動               | <input type="checkbox"/> |
| 3. 我與同學有共同話題              | <input type="checkbox"/> |
| 4. 爲了考試，我與同學一起讀書          | <input type="checkbox"/> |
| 5. 班級的活動我會參加              | <input type="checkbox"/> |
| 6. 班上同學會相互幫助，解決活動中遭遇的困難   | <input type="checkbox"/> |
| 7. 我願意爲班級爭取榮譽             | <input type="checkbox"/> |
| 8. 我願意花時間爲班上的事盡一份心力       | <input type="checkbox"/> |
| 9. 身爲班級的一員我感到很驕傲          | <input type="checkbox"/> |
| 10. 我非常高興自己是在這個班級，而不是其他班級 | <input type="checkbox"/> |
| 11. 我會將班級的問題當成是我個人的問題     | <input type="checkbox"/> |
| 12. 當外人批評我們班時我會感到不愉快      | <input type="checkbox"/> |

## 第四部份 探索活動量表

	非				非
	常	不	普	同	常
	不	同	通	意	同
	意	意	意	意	意
	1	2	3	4	5
1· 因為探索活動我對同學有初步的認識	<input type="checkbox"/>				
2· 因為探索活動改變我對同學的第一印象	<input type="checkbox"/>				
3· 因為一起完成任務而建立我對同學的信任感	<input type="checkbox"/>				
4· 因為活動建立同學對我的信任感	<input type="checkbox"/>				
5· 為了完成任務我學會和同學討論	<input type="checkbox"/>				
6· 因為探索活動我知道怎麼表達自己的意見	<input type="checkbox"/>				
7· 因為討論我可以了解同學有不同的想法	<input type="checkbox"/>				
8· 我發現自己有領導及指揮的特質	<input type="checkbox"/>				
9· 為了完成任務,我願意配合並聽從領導者的意見	<input type="checkbox"/>				
10· 透過探索活動,我與同學間越來越有默契	<input type="checkbox"/>				
11· 因為探索活動我學會找出解決問題的方法	<input type="checkbox"/>				
12· 因為完成任務,我感到很有成就感	<input type="checkbox"/>				
13· 任務完成後我願意與同學分享感想	<input type="checkbox"/>				